

大樹通りハだより

～ナーシングホーム大樹 通所リハビリテーション～

今月のひとこと 担当：藤井

皆さんこんにちは！

ナーシングホーム大樹 通所リハビリテーション(通りハ)です。

寒さの向こうに春の兆しが見え始める3月。

3月は、年度の変わり目ということもあり、目まぐるしい変化の多い月です。三寒四温の言葉どおり、寒さと温かさが入り混じる毎日ですが、体調など崩されてはいませんか？

さて今月号では、2月に行った「バレンタインゲーム」・「節分イベント」の様子をお届けします。Instagramには、動画を投稿しておりますので、裏面右下のQRコードからご覧ください。

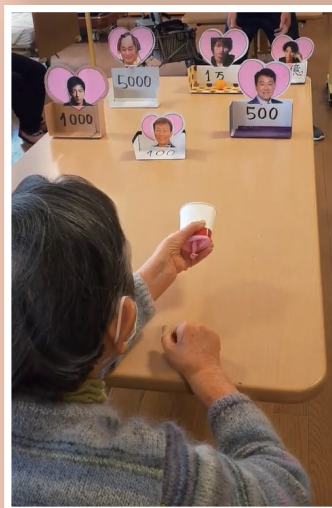
今月の1枚【大樹に福がやってきました！】



2月12日(水) バレンタインゲーム



2月3日(月)新レク『あなたの心を狙い撃ちイケメンズツッキングゲーム』を行いました。今回はバレンタインに合わせて芸能界のイケメンをご用意しました。ご利用者様からは、「旦那の方が、かっこいいわ～」との声もありましたが職員の用意したイケメン達をしっかりと射止めました。皆さんと一緒に素敵なバレンタインを過ごすことができ、とても楽しかったです。



2月3日(月) 節分イベント



福は内、鬼は口ゲーム



↓福の神

甘納豆どうぞ



華麗なステップ!



2月3日(月)新レク『福は内、鬼は口ゲーム』を行いました。このゲームは、鬼の口にピンポン玉を10球ワンバンドさせて、投げるゲームです。

「簡単なようで、難しいなあ～」「最初は、良かったのに手が狂った…」と皆さんとても苦戦されていきました。

十分邪気を払い終わった後、職員が「今日は、スペシャルゲストを呼んでいます！」と一言…

なんと外から、福の神が福と甘納豆を届けに来てくれたようです。皆さんも豆まきや恵方巻きなど、様々な風習を通して、季節の変わり目を感じ、1年の無病息災を願いましょう。

秘 新レク制作秘話

今回は、新作レクリエーション制作の様子をお届けします。
 デイケアでは、毎月季節に合わせたレクリエーションを楽しんで
 いただいています。レクリエーションは、気分転換やストレス解
 消など身体能力機能の維持、向上を図ります。
 2月のレクは、節分イベントと予告していたこともあり、鬼をモチ
 ーフにしたレクを制作しました。
 3月のレクもお楽しみに～♪



職員紹介



氏名 : 須浪 洋介 (すなみ ようすけ)
 血液型 : A型
 出身地 : 岡山県岡山市
 特技 : 料理
 趣味 : 料理、コーヒー
 好きな言葉 : 思い立ったが吉日
 今後の目標 : 視野を広げる
 メッセージ : 一緒にリハビリを頑張りましょう！

職種
理学療法士



大樹のお食事

巻き寿司 & いなり寿司

2月3日(月)



- ・巻き寿司
- ・いなり寿司
- ・冬瓜の煮物
- ・味噌汁
- ・デザートムース (オレンジ)

節分の時期に合わせて巻き寿司といなり寿司を提供
 しました。巻き寿司もいなり寿司も小さめに、海苔も
 噛み切りやすいものを使用し食べやすくしまし
 た。皆様からは「美味しい!!」と嬉しい言葉を沢山
 いただきました。



れんこん大豆つくね

2月18日(火)



- ・ご飯
- ・れんこん大豆つくね
- ・付合(マカロニ)
- ・厚揚げと茄子の煮物
- ・インゲンの炒り煮
- ・すまし汁
- ・フルーツ(洋梨)

れんこんにはビタミンCや食物繊維、ポリフェノール
 が豊富で、疲労回復や風邪予防、がん予防、老化防止
 に効果が期待できます。大豆には「たんぱく質」、「炭
 水化物」、「脂質」、「ビタミン」、「ミネラル」といった五
 大栄養素がすべて含まれているため、「畑の肉」と呼
 ばれているのです。また、大豆は豆類の中でもたんぱ
 く質が豊富です。大豆に含まれるたんぱく質には、コ
 レステロールを減らす、脂質の代謝を促進する、脂肪
 を燃焼させやすくする、つまり肥満を改善する働きが
 あるといわれています。肉や魚、卵などの「動物性たん
 ぱく質」に比べても効能は劣らず、場合によってはそ
 れを上回るとも言われています。
 そんなれんこんと大豆を今回は鶏肉とあわせてつく
 ねにしてみました。



←お食事の様子

【お知らせ】

～ご家族の皆さまへ～



レクリエーション(14時～14時半頃)
)のボランティアをしてくださる方を
 募集しています。ご利用様が楽し
 める内容であれば、楽器、手品、脳
 トレ、紙芝居、、、など内容は問いま
 せん。まずは、お気軽にお声かけ
 下さい。皆さまの参加を心よりお待
 ちしております。



・今月の行事予定

- 3月14日(金) サックス演奏会
- 3月28日(金) 大正琴コンサート

日々の様子を掲載しています♪

 大樹サイト



 インスタグラム



お問い合わせ

ナーシングホーム大樹
 通所リハビリテーション
 〒719-1105 岡山県総社市黒尾232
 (通り八直通)

0866-90-1210