

# デイサービス

## みゆき苑 便い

令和元年12月号



相談員大島のみゆき苑デイについてもっともつと伝えたい!

12月の肌寒い季節、みゆき苑デイの大浴場で温まりせんか？  
銭湯のような広い浴槽でお一人ずつ入浴。足を延ばしてリラックス  
できます。足元が心配な方には車椅子に乗ったままで安心して湯船に  
浸かれるお風呂をご用意。冬至の日には柚子湯でお楽しみください!

### 手話ソング体験

今月は手話ソングボランティアの方々から「四季の歌」を歌いながらの手話を教えていただきました。

歌と手の動作を同時に行うことで脳が活性化され、「せっかく覚えたから家でもやってみる」と、記憶力の強化にも役立ったようです。



### リハレク



二人でペアを組み、阿吽の呼吸でボールが落ちないようにかごを慎重に引き寄せます。「ボールを落とさないようにドキドキしたね」と声を掛け合いながら、ゲームを楽しみつつ、腕や手首のリハビリにもなっています!

今月の季節の料理は「炊き込みちらし」と「秋野菜の揚げ浸し」。

えび・きのこ・錦糸卵が飾られたちらし寿司に「華やかなちらし寿司で食欲も湧くね。」と秋を感じていただくことができました。

### 季節の料理



## クリスマスリース

クリスマスに向けて、クリスマスリースをみなさんと協力して作成しています。10月に収穫したさつまいものツルを使い、飾り付けには作る方のこだわりが感じられます。素敵なリースが仕上がりそうです。



### 1月のレクから

外出レクに二宮神社内での新年の参拝を予定しております。



### お楽しみメニュー

福島会津名物の「ソースカツ丼」と「ひきな(大根の千切り)いり」をご紹介します。



### 今月のトピックス

なぜ年越しには「そば」?

- 1.長寿** そばが細く長いことから、長寿を願って。
- 2.厄除け** そばは切れやすく、一年の厄を切る。
- 3.金運** 金箔職人が散った金粉を集めるのにそば団子を使っていたことから「金を集める」。
- 4.三十日(みそか)そば** 江戸時代に月末にそばを食べる「三十日そば」という風習から。
- 5.健康への願い** そばの原料となる「ソバ」は強い植物で、風雨にさらされても日に当たれば元気になることから、健康を願って。



おそばには縁起の良さがいくつもあり、一年の締めくくりに食べるのにふさわしいものとされたようです。



### 見学・体験受付中

デイサービスの過ごし方は？  
雰囲気はどうか？  
素朴な疑問にもお答えします。  
お気軽にご連絡ください。

047-461-3294

### 社会福祉法人 和習会

#### 習志野台みゆき苑

- ☆特別養護老人ホーム
- ☆ショートステイ
- ☆デイサービス
- ☆居宅介護支援事業所

船橋市習志野台4-46-7