

# デイサービス

## みゆき苑 便り

令和2年3月号



### 相談員大島のみゆき苑デイについてもっともっと伝えたい!

来年度より、みゆき苑便りが四半期のお届けとなります。  
 今回は春号の予定です。これからも何卒宜しくお願い致します。  
 今月の「伝えたい!」：みゆき苑のリハビリレクは、「ご自宅での自立支援」を目標とした活動です。皆さまの意欲向上に繋がり、そして毎回の「楽しかった!」が伝えられるプログラムでお待ちしてます!

### バレンタインレク



2/14バレンタインデーにチョコクレープとあん巻きを作りました。材料の買い出しから生地作りまで、すべての工程を皆さんにご協力いただきました。「買い物にも行けて楽しかった!」「お料理するのも久しぶり♪」などの声が。

### リハレク



レク活動ではコップすくいゲームとテーブルホッケーを行いました。コップすくいゲームは転倒や、椅子からの転落防止のトレーニング、テーブルホッケーでは上肢の筋力アップに効果あり。対戦型の運動ゲームはいつも大変盛り上がります!

### 特別メニュー

・2月は節分ご飯や冬味天ぷら、バレンタインメニューで季節をお伝えしました。  
 ・ご当地メニューは静岡県…しらすご飯、駿河湾産桜エビのクリームコロッケなどの名物料理に「春も近いね」との感想が。



# 節分



今年もデイサービスに悪い鬼が登場! 皆さんで力を合わせて退治に成功です。節分の次は桃の節句の準備。七段飾りに「どちらが雄雛? 女雛?」と悩みながらも童心に帰るひと時でした。



# 3月のお楽しみ

ひな祭りをイメージしたゲームアイテムの創作レクと、そのアイテム使って上半身の筋トレになる運動レクを予定しています。

3月の郷土料理は四国徳島名物のご紹介です。春の訪れを感じる菜の花、山菜、筍などもお楽しみ下さい。

## 今月のトピックス

### 春のお彼岸 春分の日



春分は昼と夜の長さがほぼ同じになり、この日以降は昼が長くなるため寒さも和らぎ、明るい気分になりますね。

桜やチューリップなどたくさんの花が鮮やかに咲き始めるこの季節、春の花の代表に「百花の王」とも言われる「牡丹(ぼたん)」があります。

思いがけずよいことがあることを「棚からぼたもち」といいますが、幸運の象徴にもされている「ぼたもち」は、古来、あずきの粒を牡丹に見立てて作られ「ぼたん餅」と呼ばれてました。

それが今の「ぼたもち」になったと言われています。



春分の日、幸福の「ぼたもち」を食べながら、先祖をしのび、故郷を思う良い機会ではないでしょうか。



## 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。  
 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