

平成24年3月

第13号

# こえばる



デイサービスご利用者様  
～おひな祭りにて～



社会福祉法人 秀峯会  
総合ケアセンター こえばる

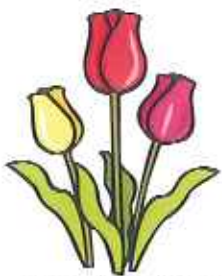
〒851-1132 長崎市小江原4丁目1番30号

TEL.(095)-814-8225 FAX.(095)-814-8227

ホームページアドレス

<http://syuhoukai.jp/>





# 施設長挨拶



日頃よりご家族様、地域の皆様には温かいご支援・ご協力を賜り心より感謝申し上げます。  
 昨年は、未曾有の大災害が起き多くの方々が被災されました。時間の経過は早いもので一年が経とうとしています。この震災後【家族(ふぁみりー)】【絆】【ふるさと】等、あらためて考えさせられる言葉が多く聞かれるようになりました。

これらの言葉は、奇しくも当施設のユニット名と同じです。

一人ひとりには微力ではありますが、力を合わせ利用者様にとって安心して穏やかに過ごせる場所を作っていくこと、それが私たち介護職の使命だと思います。

先般、平成24年度の介護報酬改定も示されました。内容的には厳しいものとなっております。しかし、福祉をとりまく環境がどんなに変わろうとも、「介護の本質」を見失うことなく精進していきたいと思っております。

今後とも、ご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

施設長 神之浦真理

## レクリエーション ボランティア

長崎情報ビジネス専門学校の生徒さんがデイサービスへ遊びに来てくれました。



楽しい時間を  
有り難うございました★



# おれあひコンサート



うふふ♪



すばらしい太鼓の演奏と  
肩たたきありがとう。



それ  
もういっちょ!



子ども達から  
元気を貰いました



いいぞ! いいぞ!  
頑張っで!!







# クリスマス会



12月7日、1階のデイフロアにてクリスマス会を行いました。  
 長崎聖マリア保育園の園児の皆様のかわいらしい演技を  
 見せて頂きました。  
 心温まるクリスマスプレゼントをありがとうございます。





# 2階ユニット

よいしょっ

よいしょ

小唄見場

コスモス  
めぐりの丘



忘年会

おいしくな～れ★

気持ちよく  
まったり気分♡



元旦

&

護国神社



おいしかねえ！！



お♡せ♡ち

ランタン

今年もよろしく  
お願ひします



ガオー

節分



鬼は外、  
福は内！！







# 3階ユニット



## おくんち見学



## 手巻き寿司



10月8日、おくんち見物に行きました。  
今年は、コッコデショが見れました。

お昼ご飯に手巻き寿司を作りました。  
のりやたまごを巻いて頂きました



## 新年会



## 初詣



元旦にみんなで福笑いをしました。  
とてもにぎやかで楽しい新年を迎えました。

1月7日、護国神社に初詣に行きました。  
今年も元気で過ごせますように・・・







# 4階ユニット



THE手作り!!

## 小浜外出



日本一長いと言われている、小浜にある足湯に外出して来ました。思いの外天候に恵まれ、快晴の下で食べるお弁当に舌鼓☆ 食事が終わったら早速足湯へLet's Goll



## 初詣



## 節分

赤鬼・青鬼を退治しよう!! 怖い鬼がくるぞお~!!

赤鬼

青鬼



平成24年1月、護国神社へ初詣へ出掛けました。寒空の中一生懸命に手を合わせて“今年も一年健康に過ごせますように”とお願いしました。



ぐへえ~ やられた~泣

鬼は~そと 福は~うち

お参りはいいじよかね?

鬼が倒れた!! やった~(^.^)

いつまでも元気でね



# デイサービスセンターこえばる

きれいかねえ〜

下半期もいろいろな行事に参加され、『思い出のアルバム』にたくさん刻みました・・・



あんなこと〜  
こんなこと〜  
あったでしょう〜

あぐりの丘にて



時津・日並コスモス畑にて



## こえばる大運動会

今年の優勝チームは、木曜日でした。

やったね!

宣誓我々は

パン食い競争に挑戦!



行くぞ〜



私何番目!?



## 〜外食ドライブ〜



満寿美にて昼食！  
定食に回転寿司と美味しかったです。



どれにしようかな?



うどん!!!



美味しいよ〜



## 〜節分会〜

祈願：無病息災  
鬼は外！福は内！



ガオ〜



はいポーズ。



福は内!

謹んで新年のご挨拶を  
申し上げます







3月の春分は「地球上の昼と夜の長さがほぼ等しくなる」と言われる日で、この日を境に昼間の時間が徐々に長くなって行きます。

春の農繁期が目前に迫ったこの時期に労働に耐える体力を蓄えるため、山野に自生するよもぎなどの薬草や米・小豆などを食べる習慣が誕生しました。

春のぼた餅は、牡丹の花に似せて丸く大きく作られ、秋には萩の花に似せて小ぶりで楕円形に作られるため、おはぎと呼ばれています。

ぼた餅は“こし餡”、おはぎは“つぶ餡”と言われる由縁は、小豆の収穫期が秋のため、おはぎの時期は皮が柔らかいので皮ごとつぶす餡にし、ぼた餅の時期は皮が固くなっているため、こし餡にするとされています。

皮には食物繊維などが多く含まれているので、栄養価を考えたらずぶ餡にした方が有効です。名称が異なるだけで材料も作り方も同じ。小豆は疲れやむくみを取る働きに優れています。

## ぼた餅の作り方

### 【材料】

もち米1/2カップ  
米1/4カップ  
水240cc  
塩小さじ1/4  
こしあん→小豆1カップ  
砂糖300グラム(お好みで調整)  
塩少々

### 【作り方】

ご飯→①もち米と米を合わせ研ぎ、水・塩を入れて混ぜ一晩浸水する。  
②①を炊き、蒸らし終わったら水で濡らしたすりこぎでトントンとつき半潰しにする。8等分に丸く軽く握る。  
こしあん→①小豆は一晩水につけておく。②小豆を鍋に入れ、たっぷり浸るくらいの水とともに火にかけ沸騰したらゆで汁を捨て、再度たっぷりの水を入れ柔らかくなるまで煮る。  
③柔らかくなった小豆をすり鉢に入れすり潰す。煮汁は捨てずすり鉢に入れる。潰したら裏ごし器に出し裏ごす。  
④裏ごした液を布巾に入れ絞る。出た汁は捨て、布巾の中に残った餡を鍋に取り出す。  
⑤餡に砂糖を入れ、火にかけ砂糖が溶けるまで練る。塩で味を引き締め弱火でつや良く練り上げる。8等分にする。  
固く絞った濡れ布巾に等分したこし餡を丸く広げ、中心に丸めたご飯をのせて包み込み、丸い形に整えて出来上がり！！



ぜひ、みなさん  
作ってみて下さい!!





# 医務だより



三寒四温の時期がやって来ました。

寒暖の差が激しく体調管理が難しい時となります。  
安定しない気候の中で、お身体の変調を  
お見逃さないようにお気をつけ下さい。

寒暖の差が激しく急激な場合、人の身体はそれに合わせる為  
自律神経が働くのですが、それに追いつけないと  
不調になると言われています。  
気圧が変わる日は特に気を付けて下さい。

また、この時期は花粉症も多く見られるようになります。  
酷くなると熱が出ることもありとてもつらいです。  
早期予防・早期治療を心がけて下さい。



寄贈・ご芳志・ボランティアご協力有り難うございました。  
心より御礼申し上げます。(H23年10月～H24年2月)

## 【御寄付】

佐方信幸様、長崎市消防団 第25分団4部様  
小江原ニュータウン合歓の木会 南自治会様・北自治会様  
中央自治会様、萩原康雄様、迎忠彦様、平野徹様

## 【ボランティア】

九重流吟道清風会様、小江原保育園様、長崎聖マリア  
保育園様、長崎女子商業高等学校様、長崎玉成高等学校様  
長崎情報ビジネス専門学校様、長崎ウエスレヤン大学様



# 平成24年度年間行事計画



## ★デイサービスセンター こえばる★

4月	花見	10月	運動会・おくんち見学
5月	端午の節句	11月	文化祭
6月	あじさい見学	12月	クリスマス会
7月	七夕	1月	初詣
8月	夏祭り	2月	節分・ランタン見学
9月	敬老会	3月	桃の節句

※誕生日会は毎月誕生日に近い利用日に実施  
 ※適宜季節に合わせてドライブなども実施



## ★特別養護老人ホーム こえばる★

4月	花見・帆船祭り見学	10月	おくんち見学
5月	母の日会 芝桜見学・蛍見学	11月	あぐりの丘外出・足湯外出
6月	父の日会	12月	クリスマス会・餅つき・忘年会
7月	七夕会・納涼祭 そうめん流し	1月	新年祝賀会・初詣外出・鏡開き
8月	ビアガーデン・花火大会	2月	節分会・ランタン見学
9月	敬老会	3月	雛祭り

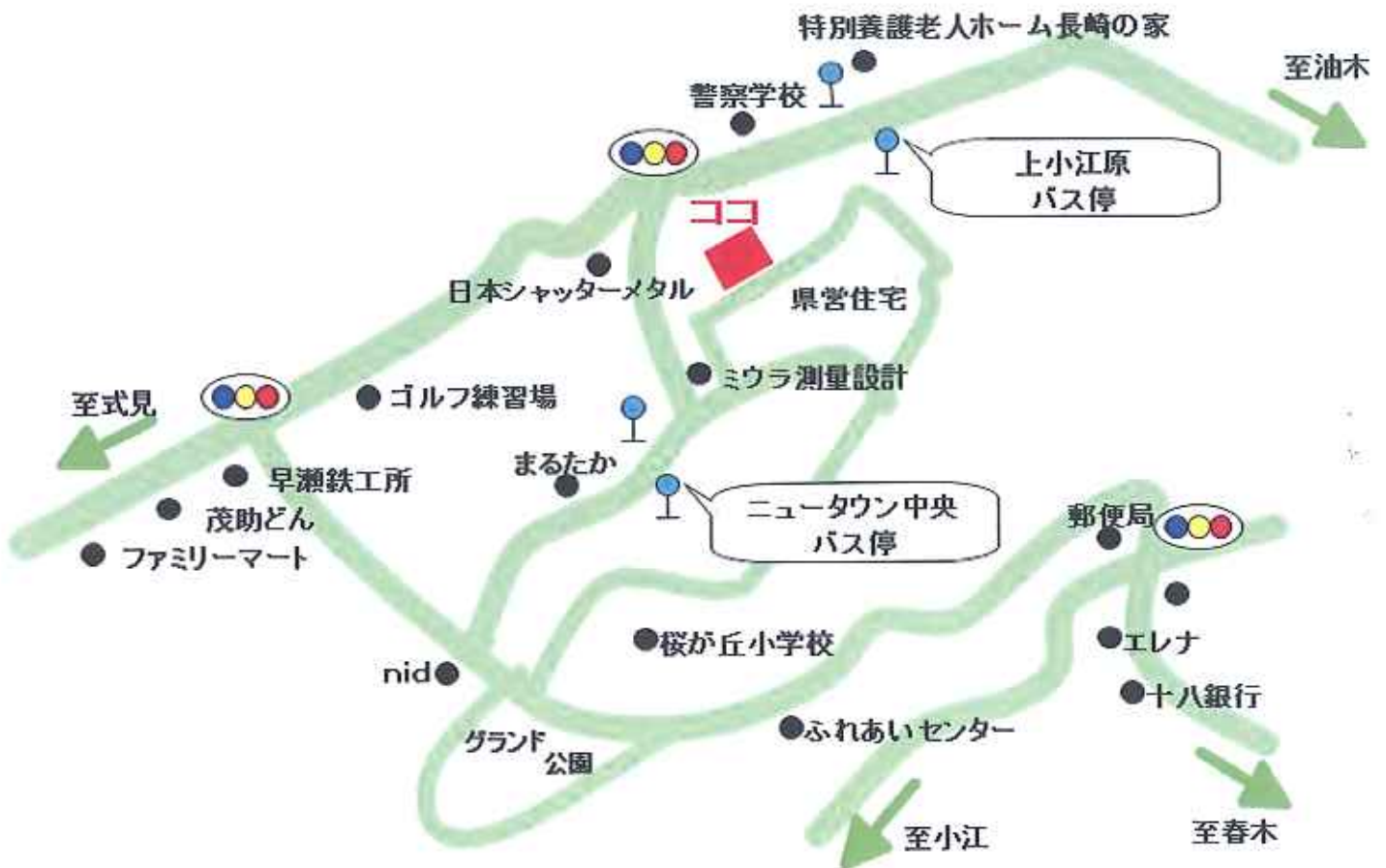
各フロアーで様々な行事・外出を企画していく予定です。  
 乞うご期待下さい!!  
 来年度も宜しくお願い致します。





### 交通アクセス

- 長崎バス「相川」行き→上小江原下車、徒歩6分
- 長崎バス「小江原ニュータウン」行き→小江原ニュータウン中央バス停下車、徒歩3分



### 編集後記

本年度も、一年を無事に過ごす事が出来ました。これもひとえに、地域の皆様、ボランティア等で多くの皆様に助け支えて頂いたおかげだと思っております。

心より感謝致します。来年度もご利用者様が安心し、笑顔で生活を送って頂きますよう、職員一丸となってより一層頑張っております。

少しづつ暖かくなってきましたはありますが、まだ肌寒い日もありますので、体調等崩されませんようお過ごし下さい。



進物お断り致します  
職員に対する謝礼  
又はご贈答品は  
ご遠慮願います  
ようお願い申し  
上げます。