



ときめきニュース

明るく温かな光とやわらかな香りの中、新生活がスタートしました。期待と不安が入りまじるこの季節、いつもと違うのは、平成が終わりを迎えるということです。

これからの新しい時代に期待をよせながら、私たちは新年度も変わらず、一日一日を大切に皆さんと共に笑顔で過ごしていきたいと思います。

今年度もどうぞよろしくお願い申し上げます。

生活介護より

4月の行事予定



- 9日(火) お茶の会 ☆中山洋美 先生
 - 19日(金) 音楽療法 ☆藤森裕子 先生・前田美佐 先生
- ※避難訓練につきましては、日程が決まり次第連絡させていただきます。

おすすめの

ヘルパー簡単レシピ

☆菜の花とゆで卵のホットサラダ☆

～材料～(2人分)

- ・菜の花 1束 ・ゆで卵 1個
- ・生ハム(なければハムでもいい) 4~5枚
- ・オリーブオイル 大さじ1
- ・粉チーズ 大さじ1~2 ・塩こしょう 少々

～作り方～

※時間があれば、菜の花は根本を冷水に浸けておく。(シャキッとします。)

- ① 菜の花は長さを半分に切る。フライパンにオリーブオイルをひいて中火で熱し、やや強めの火力で菜の花を炒める。
- ② 菜の花が少ししんなりしたら粉チーズを加え、塩こしょうで味を整える。
- ③ 器に盛り付けて、ゆで卵を食べやすく切って散らす。生ハム(ハム)はくるくると巻いてバランスを見て添える。

※お好みでオリーブオイルやブラックペッパーをかけてもいいです。



昨年度を振り返って

生活介護では昨年度も様々な活動を行ないました。毎月恒例のMY外出。秋のバス旅行、スポーツ大会への参加、他事業所の催しへの参加などなど。

加えて昨年度は例年恒例となっているクリスマス会に加え、夏祭りや、ミニ運動会も行ない、地域の老人クラブのみなさんや、ボランティアさんにもお世話になり、ご利用者様が楽しい時間を過ごすことができました。

5月 いちご狩り



8月 夏祭り



10月 バス旅行



11月 イルミネーション



1月 新年会



今年度もご利用者様に楽しんでいただける様々な活動を行なっていきたいと思っています。