

平成29年3月1日 発行
(株) ニーノコーポレーション
扶桑町大字齊藤字緑223
(0587) 93-7833

『慣行の行事』

テレビのワイドショーで奇妙な話題が挙がっていました。「挨拶を禁止にした自治体」、「餅つきを中止にした自治体」、「保育園建設反対」や「優しくなったナマハゲ」。ワイドショーもいやはやなんとも。。と感じて取り扱っているのだけれど、将来的に「挨拶をするなんてとんでもない!!」なんて扱いにならないことを切に願います。

はなえくぼ江南は恐れずに餅をついて食べています。散歩中に挨拶もします。ナマハゲは来ませんが節分には鬼だって来ます。豆の代わりに紙礫を投げて部屋を散らかしますし、流行りにのって恵方巻きだって作って食べます。たまに歌のおじさんがやってきて、皆で大声で歌いまくります。

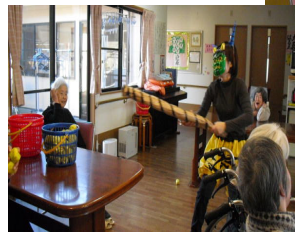
楽しいことは良いことだ、ではないですが皆がハッピーになれるようにこれからも続けていきたいと思っています。



恒例の餅つき会



歌のおじさん



鬼と真剣勝負

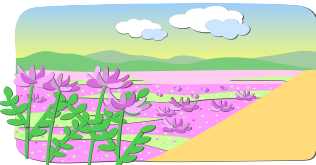


流行の恵方巻き
買うと高いので
手作りします

『体内時計を調節しよう』

春になるにつれて、日中の日照時間が長くなっていきます。冬の短い日照時間から明るい時間が伸び、体内時計のバランスが崩れやすくなります。普段よりも規則正しい生活を心がけ、なるべく日光に当たる時間を増やしながらか、春の身体への移行をスムーズにしていきましょう。

環境の変化が多い春のストレスにも、外を歩くのは効果的です。日光にあたりながら、軽いウォーキングのつもりで散歩をしてみたいはいかがですか？



『火曜特売』
年が明けてから雪や寒い風の吹く火曜日が続いて、なかなか実施できずに残念な思いをしています。が、決して諦めたわけではありません。気候が良くなり次第再開しますのでご協力をお願いします。

常勤・パート介護職員を募集しています。介護の仕事に興味のある方がみえましたらご紹介ください。

『いかとトマトのソテー』

いかは、動脈硬化や脳梗塞、糖尿病などの生活習慣病を防ぐ働きをもつ成分を豊富に含みます。トマトの赤色成分リコピンは肌を若々しく保ち、がん予防や老化予防にも効果が期待されています。リコピンは熱に強く、油と一緒にとると吸収がよくなります。

材料 (2人分)

いか 200g
トマト 200g
サラダ油 小さじ1

A んにく (薄切り) 1片
とうがらし (ちぎって種を取る) 少々
塩 少々

作り方

- (1) いかは内臓を取り、皮をむきます。胴体は1cm幅の輪切り、足は食べやすい長さに切ります。
- (2) 鍋に湯を煮立て(1)をサッとゆで、色が変わり始めたらすぐざるに取り、湯を切っておきます。
- (3) トマトは横半分に切り、種を取って一口大に切ります。
- (4) フライパンにサラダ油、Aを入れ中火にかけます。香りが立ったところで(3)を加え、強火にしてサッと炒め、(2)を加え塩で味を調べてでき上がり。



出典gooヘルスケア

『気持ちに寄り添う対応を』

夜間トイレに頻繁に行くAさん。隣室のBさんは歩行が不自由でトイレまでゆっくり歩いているうちにAさんにトイレを横取りされてしまいます。Bさんは積年の恨みをAさんに抱いているのか、Aさんの顔を見るのも嫌な感じです。誰もがBさんの肩を持ってしまおうでしょう。そんななか、Bさんが体調を崩し入院してしまいました。しばらくBさんが不在の期間を過ごしていると、Aさんの夜間のトイレの回数は減っていき、表情も明るくなり、人に話しかけたりと変化が見られてきました。おそらく、AさんもBさんとの関係を心地よく感じていなかったのか、ストレスの原因になっていたようです。AさんBさんにそれぞれ理由があり、それぞれの立場に立って分析することの大切さを気づかされた一件となりました。

ご見学随時受付いたしております。お気軽にお問い合わせください。

今回は、はなえくぼ扶桑便りです。どうぞお楽しみに！



グループホームはなえくぼ扶桑
丹羽郡扶桑町大字柏森字辻田398
(0587) 91-0110
グループホームはなえくぼひくみ
犬山市大字五郎丸字郷瀬川17番地1
(0568) 68-8096

グループホームはなえくぼ江南
江南市小机町長者毛西132番地
(0587) 52-3808
はなえくぼのホームページ
www.gh-hanaekubo.com
ブログも時々更新しています