

# 令和7年3月号

## ゆしまの郷デイ便り

☎ 03-3836-3526

皆さんこんにちは(ω)ノ

今年の2月は身体が毎日震えるほど寒い月になりましたね!!皆様は、体調大丈夫でしょうか?今日は、デイ便り担当水藤より少しお話しさせて下さい!  
この寒さの中、私は毎日5時に起き朝ごはんを食べるおにぎりを握っています!  
毎朝思う事は「今日は何の具材をおにぎりに入れようかな?」と悩みつつも  
ふりかけや、鮭を焼いてほぐした身を入れたり、肉そぼろを前日に作り  
混ぜ込みご飯を作っています。パターンが少なく悩みどころです"(-"-)"  
皆様おススメの具材等ありましたら教えて下さい(\*ω\*)  
また、6時頃通勤する為バス停まで歩いていると季節が段々春へと近づいていると  
感じる事があります。それは、今まで暗かった道に朝日が差し込むようになり  
毎朝日の出を見る事ができる事です。朝の太陽は私に「今日も元気にいって  
らっしゃい」と言ってくれるようで元気を貰えます!皆さんも元気が貰える事出来事  
等、ありますか?あれば教えて下さいね(ω)ノ

2月はイベントを2回行いました。

1回目は『節分豆ごはん』です。節分という事で豆を枝豆に変更して枝豆ご飯を  
ご提供致しました。炊き立ての御飯に枝豆の塩味も加わりホクホクの美味しい  
御飯を楽しみました。また、午後より赤鬼・青鬼が登場し豆まきを行いました。  
職員の演技がとても面白く皆様元気に豆まきをされておりました☺

2回目は『チョコレートケーキ』を行いました。バレンタインという事で、  
バレンタイン王国より女王と王様が登場し皆様をアフタヌーンティーにご招待させて  
頂き午後のお茶会をケーキと一緒に楽しみました。女王と王様とダンスをし、  
「久しぶりに踊ったわ」と喜ばれておりました。

来月も色々なイベントを開催しますのでお楽しみに( ^\_- ) ☆

## 節分豆ごはん



## 3月の行事とお食事イベント

ちらし寿司 3月3日(月)

雛祭りです!雛祭りといえば歌にもあるようにお雛様とお内裏様ですね!今年の雛祭りはお雛様が登場致します(\*ω\*)かわいいお雛様よりお昼ご飯にちらし寿司をお一人ずつ茶碗にすくいご提供致します!

蒸しパン 3月12日(水)

春と言えば「春のパン祭り」というフレーズが浮かびませんか?(\*ω\*)今回は、パンとかけまして職員がパンをテーマにした仮装をします!!どんな仮装になるかは楽しみに!

## チョコレートケーキ



## ご家族の皆様へ

寒さの中にも、少しずつ春の陽気が感じられるようになり、湯島天神の梅も咲き始め春が訪れ、桜の開花も待ち遠しいですね。  
でも、まだ「三寒四温」と寒暖差が厳しい時期なのでくれぐれも体調を崩されないよう気を付けてお過ごし下さい。  
今年に入り皆さんが楽しんで頂けるようなワクワクしたネーミングが付いたレクリエーションを考えております。どんな内容かはネーミングで想像してみてください(笑)

2月の請求書と一緒にお手紙をつけさせて頂いた服薬している薬の情報提供ですが、まだお薬手帳の最新版が未提出の方はお手数ですが提出をお願いいたします。また、センターで服薬されていない方も一度ご提出をお願いいたします。今後、変更等がありましたら都度、連絡袋に入れて頂けると大変助かります。ご協力をお願いいたします。  
今年度も行事食を開催いたします。内容は少し変更し好評いただいた行事はそのまま継続しております。食材費や光熱費の高騰により少し金額を上げさせて頂きましたが内容は今までよりより良い物になりますよう考案中です。

## 今月の心に残ったホット一息コーナー

ゆしまの郷 今月は介護職員市原が担当させていただきます。私は日本に生まれてよかったなあとおもうことがあります。日本には四季があり、一年中様々な景色に出会えること。菜の花から始まり、梅、桜、紫陽花、向日葵と一年中沢山の花が咲き季節ごとに表情を変える山々 その中でも1番好きなのは日本一の山、富士山です。見えた時は幸せな気持ちになります。休みの日は山を歩いたり、キャンプしたり一年中外に美味しい空気を吸いに行きます。みなさんのおすすめの景色もぜひ教えて下さい。今年のは早咲きの河津桜はまだまだのようで写真は今年の今頃、神奈川県足柄の河津桜と菜の花です。

