

デイケアだより



皆さんは節分に豆まきをしていますか？昔はよく見られる光景でしたが、近年は行わない家庭も多いようです。その代わりに、恵方巻を食べる家庭が増えたような…。今年の恵方は南南東。黙食だきうです。

調理クラブ

今月は、「新春のお祝いメニュー」をテーマに「白玉ぜんざい」と会津の郷土料理「こづゆ」を作りました！白玉ぜんざいは、やわらかさや甘さが丁度良いと好評でした。こづゆは初めて食べる参加者が殆どでしたが、具たくさんで美味しいと大変好評でした♪また、臨時の調理クラブも開催し、バレンタインクッキーを作りました。皆さん楽しく参加していました。

イベント

年明け最初のイベントは「福笑い大会」でした！年末から利用者さんが協力して福笑いを作成。当日は感染対策で、上手く出来たら拍手をして賞賛しました。「上手く出来ました！」「変な顔になった(笑)」などの声が聞かれ、皆さんクスクスと笑いながら楽しみました♪



健康教室

今回は、デイケア相談員から「障がい福祉サービスと社会福祉制度の紹介」でした。地域生活を送る中での困りごとを誰に相談すれば良いのか、どんな制度やサービスがあるのかを紹介しました。参加者からは、就労と年金についてやグループホームについての質問が聞かれました。

食ラボ

今月は「おやつ」をテーマにした講義でした。おやつの特長や人工甘味料についてのお話で、ジュースに含まれる砂糖の量も実際に見て知ることが出来ました！参加者からは砂糖の量が多いことに驚きの反応もありました。今後も生活に役立つ栄養情報をお届けします！



2月の予定

2月3日(金)午前：イベント(節分豆まき)

2月7日(火)午後：調理クラブ

2月14日(火)午後：食ラボ

2月17日(金)午後：健康教室

2月20日(月)午前：調理クラブ

