

令和 6 年度

星ヶ丘病院

デイケアだより 12月号

調理クラブ

今月の調理クラブは、前半は体の温まる白菜のミルフィーユ鍋！何層にも分けた豚肉と白菜で、お出汁を入れて簡単に作れる鍋でした。寒～い季節にはやっぱり鍋が良いですね！後半は海鮮ご飯とポトフを作成！色んな具材が入ったご飯に、これまた温かいポトフは相性抜群！冬らしい調理クラブとなっていました。来月は12月！🎄クリスマス🎄なメニューが出るかも！？



健康教室

今回の健康教室は「冬の感染症について」でした。コロナウィルスが出てから、そればかりが目立っていましたが、季節の感染症も実は広がっています。インフルエンザ、ノロウイルス、ロタウイルス、RS ウィルス…等々冬に流行しやすい感染症の症状や、予防対策についてデイケアの看護師さんよりお話し頂きました！益々寒くなりますので、皆さん体調に気を付けてお過ごしください。



ライフスキル講座

今回のライフスキル講座は金銭管理シリーズ第3弾！「買い物」の実践でした！調理クラブの材料を実際に購入して、買い物をすることのポイントを実戦形式で行いました。安くなっているにしても、消費期限内に使えるか？新鮮なお肉や野菜の見分け方等、実地でなければ分かりにくい部分を体験しました。値段も、現地に行かないと分からないこともあるので、色々と難しい問題になりますね。



イベント

今月のイベントは文化祭！「テーブルゲーム」「テーブルカーリング」「絵はがき」「書道」「カラオケ」の好きなブースに自由参加型のイベントとなりました。カーリングとテーブルゲームは白熱したバトルを！絵はがきと書道は普段と違った活動に目を向けられるいい機会になりました。カラオケは皆さんの十八番を披露し、懐かしい歌から最新の歌まで様々な歌が流れました。



12月の予定

4日(水)午後 ライフスキル講座 10日(火)午前 調理クラブ

13日(金)午前 健康教室

20日(金)午後 調理クラブ

23日(月)午前 イベント

27日(金)午前 大掃除

お問い合わせ先：Tel 024-952-6411(代)