



うららら

第  
215  
号

令和6年3月10日

桃の節句も過ぎ、うらかな春の日が続いておりますが、皆様におかれましてはお健やかに過ごしのことと思います。

春の訪れを感じる桜ですが、3月27日は「さくらの日」の記念日となっています。この記念日は1992年に「日本さくらの会」によって定められ、日本に古くから伝わる文化や風土、歴史とかかわり深い桜が当時減少している傾向にあったことから「日本各地にある桜を保護していこう!」という目的で、「さく(3×9=27)」の語呂合わせと、七十二候の「桜始開」に当たる時期ということから3月27日に制定されたようです。

現在日本で見られる桜の種類は、ソメイヨシノ、山桜、八重桜、しだれ桜、川津桜など、500種類以上と言われており、その中でも国内の80%が「ソメイヨシノ」です。毎年ニュースにもなる、開花宣言を行う「標本木」は日本全国に58本ありますが、それも「ソメイヨシノ」が原則として選ばれています。満開の桜が持つ美しさを讃えますが、風に舞い散りゆく花びらにも美しさを感じますね。2024年広島県の開花予想日は3月22日です。

そして、春は春夏秋冬でもスタート地点です。3月はJリーグやプロ野球が開幕します。また、春の高校野球も始まり、注目選手が見つかる場にもなっているので、大谷選手のように、世界で活躍するようになる選手が見つかるかもしれないですね。テレビの前から離れられなくなる季節の始まりです!

思いがけぬ春寒にお風邪など召されませんように、ご自愛ください。

看護主任 木村真奈美



ケアホーム  
ディア・レスト福山

〒720-1132

福山市駅家町倉光 148

TEL 084-977-0880

【ホームページ】

<http://www.dearrest.net.fukuyama>



# 【1号棟】

# 餅つき大会

2月15日(木)



4年ぶりの餅つき大会。

「昔はよくお餅ついてたんだよ。」と杵と臼でつく餅つきを懐かしそうに見られ、喜んでいただくことができました。



「よいしょ!! よいしょ!!」



技能実習生も日本文化を体験しました。  
「インドネシアでは餅は買うもの。餅つきは初めてです。」

上手に餅きりしてあるから、  
形を整えるように優しく丸めてね。



「つきたてのお餅で食べるおしるこは美味しいね。」と大変喜ばれ、おかわりする方もおられました。



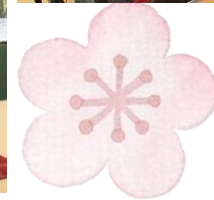
# 初釜

2月21日(水)

素敵な着物姿の職員が点てた煎茶。  
煎れたてのお茶の香りのなか、かわいらしい練り切りをいただきゆったりとした時間を過ごしました。



きれいに咲いて華やかになりますね。



美味しいお茶と美味しい練り切りですね。



# ひなまつり



昼食には見た目もかわいい雛寿司や天ぷらで「美味しかった」と声が上がりました。

おやつは毎年恒例の手作りの甘酒。

ホールは甘酒の美味しそうな匂いが漂い、「甘酒を飲んで顔が真っ赤になったかしら」と言われた方も。

楽しいひな祭りを過ごしました。



### ひな祭り昼食メニュー

- ・雛形寿司
  - ・ミニ天ぷら
  - ・清汁
  - ・いちご
- 見た目もかわいいお寿司でした。



甘酒のいい香り。甘くてとっても美味しい甘酒でした。



# 今月のレクリエーション

新聞紙を使用して手や指、腕の運動機能を高めたり、手の平や頭上に新聞紙を載せてバランス感覚を鍛えるレクリエーションを行いました。新聞紙1枚でたくさんの体操ができ、楽しいレクリエーションになりました。



バランスをとって、グーパー運動。意外と難しいね。



## 生け花

2月27日(火)



かわいい花ですね。桃やチューリップをみると春ですね！



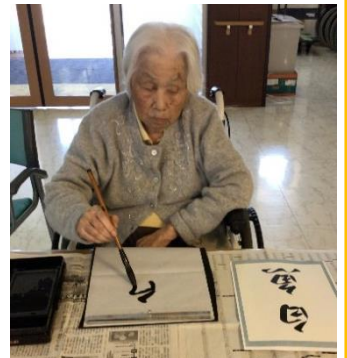
### ◆花材◆

- ・桃
- ・チューリップ
- ・カーネーション
- ・スターチス
- ・ルスカス

## 書道

2月18日(日)

題材：春  
納得がいくまで真剣に書いておられました。





# 初釜

和服美人に囲まれたら  
余計にお抹茶が美味しく  
感じるね。



今年も恒例となりました「初釜」を行いました。  
2月に入り梅の花が咲きだすと「初釜の時季になったね。」と  
入居者様との会話も弾みます。  
簡易的ではありますが、入居者様には点てたお抹茶と和菓子  
を食べて頂きました。また、できる方にはお抹茶を点て頂き、  
初釜の雰囲気を楽しまれました。



# 【2号棟】



若い時には茶道を習っていたのよ。  
当分点てないから、上手にできるか不安だったけど、覚えているものね。



初めてお抹茶を点てました。  
緊張したけど、良い経験が出来ました。  
楽しかったです!!



私たちが点てたお茶、  
召し上がってください♪



梅の花の和菓子もとっても  
美味しかったわ。





久しぶりのお餅つき大会!!  
入居者様も杵と臼で搗く餅つきに「久々に本格的なのを見てうれしいわ～。最近じゃ本当にみかけなくなったから…」と喜んでいただくことができました。



よいしょー!!



初めての餅つき大会。  
「めちゃくちゃ難しかったです。杵どりのタイミングもあるから、練習あるのみですね」と外国人スタッフ。日本文化を色々体験して、楽しく学んでくださいね。

# 餅つき大会



# お汁粉



とっても美味しそう♪  
お餅大好きなのよ。いただきます!





【2号棟】



3月3日(日)

# 雛祭りランチ 甘酒

今年もまた「桃の節句」には手作りの甘酒を皆様に飲んで頂きました。



甘酒大好き。身体がポカポカ温まるわね。菱形ようかんも可愛くて美味しいわ。



## 生け花

2月27日(火)



◆花材◆

- ・チューリップ
- ・桃
- ・カーネーション
- ・ルスカス
- ・スターチス



大好きなチューリップが花材に入っていたわ。もうすぐ春ね！

## お庭散歩、体操

日中は、暖かい日も増え入居者様と外で体操を行いました。「庭の菜花が咲いたわね」と言われ、一緒に春の訪れを感じることが出来ました。



## 3月・4月 行事予定表

3月12日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)  
3月26日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)  
3月26日(火) 14:00～ 生け花教室  
3月28日(木) 13:00～ 散髪(1号棟)  
4月9日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)  
4月23日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)  
4月23日(火) 14:00～ 生け花教室  
4月25日(木) 13:00～ 散髪(1号棟)

※毎週木曜日、15時30分～移動売店「おまかせ君」

※2号棟の散髪は不定期です。

※行事内容は変更になることもございますので、予めご了承ください。

## お願い

広島県内でも集団食中毒が数件発生しております。

**生物(生魚、傷みやすい果物やお菓子など)の差し入れは食中毒の原因となりますのでご遠慮ください。**

お持ちになる際は一度で食べられる量をお持ちください。消費期限切れの物は処分させていただきますのでご了承ください。

食中毒予防の3原則

①つけない



②増やさない



③やっつける

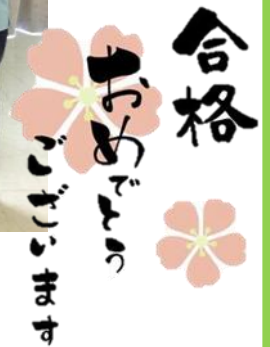


## 日本語検定 N3 合格



オクタさん(1号棟)

次はN2目指して勉強中です。  
頑張ります!



## 編集後記

3月3日の「お雛祭り」には、入居者様と一緒に甘酒を飲みました。

酒粕から作った甘酒はスタッフの手作り。ほんのりお酒の香りと甘さがあり、皆様より「美味しかったよ!」とのお言葉をいただきました。今後もスタッフ全員で皆様に季節のものを楽しんでいただけるよう努めてまいります。

暖冬といわれていた今年の冬ももうすぐ終わり、春はそこまで来ています。

暖かい日には園庭でのお花見を予定しております。お楽しみに♡

寒暖差が激しく体調も崩しやすい時期です。また、例年以上の花粉の飛散もあるようです。

くれぐれもご自愛ください。

看護主任 的場秋江

※写真撮影のため一時的にマスクをはずしております。また、飲食の際は手洗い・アルコール消毒をしています。