

令和5年 4月号

まんまる

<3月の様子-スポーツに夢中!!月間>

デイサービスセンター まる～な
〒939-8137 富山県富山市開港223
TEL076-429-3256 FAX 076-429-3357
ヘルパーステーション まる～な
〒939-8136 富山県富山市月見町4-42
TEL076-429-5740 FAX 076-429-5771



まる～な場所



エンジョイMUSIC

音楽療法は、乳児から高齢者まで様々な対象者のそれぞれの目的に応じて音楽療法士によって実践されています。



楽器で表現!



3月のテーマは「春」!
鳥の鳴き声や春風の表現に注目!

川の水が流れる音!



ウチの厨房さん



ひな祭り御膳

すてきなランチタイムになりました。飾り麩がとても可愛いですね。女の子は可愛いもの好きですからね♡

生協10の基本ケア

ターミナルケアをする

3月、お2人の利用者様が旅立たれました。少しづつ弱っていかれる姿を見ていた我々職員にも出来る事はある、とギリギリまで精いっぱいケアをさせていただきました。お1人の方のご家族様にはまる～なでの日々の様子をアルバムにしてお渡ししました。とても喜んでいただきました。私たち職員ができることは限られていますが、ご家族に寄り添いながら故人を思い出し、前を向いていけたら、と考えています。



「畑」を始めました。ご存知まる～なの看護師K氏の影響です。枯れて木化した草を隅に寄せ、硬い土を耕し、石灰・追肥を混ぜ、畝を作り、ジャガイモを植えました。週に1度、9時から12時までの短い時間しか畑で作業しません。いや、できません。クワなど持った事がないへっぽり腰のへなちょこ40女が簡単にできる程、畑は簡単ではありません。周りのおばちゃんたちがいろいろ教えてくれて、「何事も勉強だな」と励まして頂いています。しかも毎回おすそ分けをくださいます。おすそ分けなんてもんじゃない、「好きなだけ持って行って～」もはや収穫体験をさせてもらっているようなものです。初めて見る野菜を頂いたり。この休日の充実ぶりに満足しています。次は何を植えようか、ナスもマクワウリもサツマイモも植えたい。アレもコレも植えたい。こんなにも私は欲深い…。失敗したくない…。でも「何事も勉強だな」の精神でのんびりやっています!



まいコラム

栄養こばなし

～昆布のひみつ～

富山県の特産『昆布メ』昆布メはおいしいだけではなく、私達の食事のサポーターとしても大いに活躍することがわかっていきます。食卓には昆布メはいかがですか?

昆布旨味 (グルタミン酸) 1 (イノシン酸) 7倍に!

【すぐに食べられる昆布メ】の魅力をリアン5月号に詳しく掲載!

生協『すぐに食べられる昆布メ』簡単アレンジメニュー♪

のせるだけ! カップ寿司ケーキ
①カップの底まで新巻を入れる
②鰯節、大葉、プチトマト、ゆず、昆布メをのせて出来上がり

①レタスをちぎりにし、プチトマトは4つ切りに
②水をとったレタスとトマトを盛り付け、上に昆布メののせる
③昆布メにマヨネーズを塗り、お好みで黒コショウを振り出したらOK

まる～なでは庭の草むしりや利用者さんの将棋の相手など、様々なボランティアさんを随時募集しています!!

介護相談いつでも承っております。気軽にご相談下さい。担当:宮島、内山、長南、石川

まる～なには水曜日、木曜日の11時30分に生協の移動販売が来ております。ご近所の皆様も是非ご利用ください。