

## 運動会

令和初の運動会は、十月二十七日、透き通る青空の下、屋内にて行われました。まずご利用者によって選手宣誓が高らかに行われました。応援合戦は各組一体となつて応援とエール交換を行っていました。その後は玉入れ、運試し、大玉送り、年代別リレーと、懐かしの競技に少しアレンジを加えた競技で白熱しましたが、怪我もなく正々堂々の勝負で何よりでした。なお結果は何年振りかの白組勝利でした。次回も元気に楽しく行いたいものですね。



## 大忘年会



十二月一日(日)に、フラワーハイツ『大忘年会』を開催しました。例年とは趣旨を変え、1階グループ「のど自慢」、東グループ「紅白歌合戦」、西グループ「劇・桃太郎」と、各グループ毎に、ご利用者参加型の演芸を行いました。ご利用者と職員の身近なふれあいに、手作り感があり、アットホームで温かい感じがしたと、各グループともに大いに盛り上がる事ができました。また、併せて、ビンゴゲームを行い、景品には、毛布やひざ掛けなど日常で使っていただけけるよう、日用品を用意し、とても喜んでいただけました。演芸後は会食を行い、楽しいひと時となりました。

## 餅つき

十二月末日、餅つきを行いました。木臼を使つての昔ながらの方法です。来年も良い年になりますようにと願いを込めて順番につきました。出来立ての餅はその日のおやつにお汁粉として振舞いました。



## まゆ玉作り

年明けの小正月にはまゆ玉作りをしました。米粉をふかし鮮やかな色を付けこねたものを繭の形にして立派な軸につけました。どんど焼きに持っていったよ、囲炉裏の中に入れて焼いたよなど思い出話に花が咲きました。



## 献立紹介



【かぼちやのミルク煮】

### 材料

かぼちや 二〇〇g  
上白糖 大さじ1  
牛乳 一〇〇ml  
チーズ 30g

### 作り方

- ① かぼちやを一口大に切る。
- ② チーズもサイコロ状に切る。
- ③ かぼちやを鍋に入れ、少なめの水で茹でる。
- ④ 柔らかくなったら牛乳・砂糖を加える。
- ⑤ 最後にチーズをいれ、塩で味を調える。

牛乳で煮たり、最後にチーズを入れる事で、不足がちなカルシウムを補う事ができます！



## デイケア



十二月に、クリスマスケーキ作りをしました。ロールケーキをハート型にしました。ハートの作り方ですが、①ロールケーキの上下を押さえて楕円形にする②左右均等になるように斜めに切る③片方を裏返し、ハート形に整える。お弁当に入れる卵焼きにも使えますよ。ぜひ、やってみてくださいね。



前回のデイケア通信でお知らせしましたが、駒ヶ根市の国際協力友好都市であるネパール・ポカラ市との交流の一環で交流市民の会が実施している『母子保健プロジェクト』母子友好病院の新生児に送る毛糸の帽子送る活動にご利用者の皆さまと参加し、ネパール交流市民の会の幹事長さんより、お礼のお手紙をいただきました。今後も皆さんと一緒に協力をしていきたいと思っております。



## 職員紹介



十一月より、デイケアでお世話になっております、太田 勝と申します。

笑顔を絶やさず、頑張りたいと思っております。よろしくお願いたします。



一月より、入浴介助に入らせていただいております。竹村裕子と申します。

至らぬところが沢山あると思いますが、よろしくお願致します。



### 【編集後記】

世間は、新型コロナウイルスの話題で、もちきりですね。手洗い、うがいを行って予防に努めていきたいですね。

フラワー通信も今回が、今年度最後の発行になります。次年度も様々な行事、催しを企画してまいりますので、ご家族の皆様地域の皆様、ぜひ、ご参加下さい。