

すずらん

デイケアの最近の活動について☆

新型コロナウイルスの影響によりデイケアでも外出が難しくなり、最近では手作りマスクを皆で作成する場面が増えました。その他にも創作活動でさまざまな作品を作っています。5月は端午の節句ということもあり、グループ活動でこんな素敵な作品を作りました☆



2020ガーデン湊始動！！



寒い冬もすぎ、いよいよガーデン湊が始動しました。畑に出てうね作りに精を出しています。今年は恒例の苗の買い付けは行けなかったのですが、スイカ、カボチャ、きゅうり、ナス、ピーマン、ツルムラサキなどを植えました。おいしく育ちますように☆



耕運機の作業、結構好き♪



畑にチューリップ咲いた！



栄養講座で、お勉強

デイケアでは月に1回栄養講座というプログラムを行っています。栄養士のスタッフが毎回テーマごとに栄養や食事について講義をしています。今回は食事のバランスガイドを使って、自分の食事の内容を照らし合わせて必要な栄養素が摂れているのかチェックしました。バランスの良い食事って難しいなあ・・・



栄養の5大栄養素。1炭水化物 2脂質 3タンパク質 4ミネラル 5糖質 とても勉強になった。(K・S)

栄養講座に初めて出ました。初めてでしたが、分かりやすく教えてもらいとても勉強になりました。(Y・K)



今月の作品☆



T様のおすすめ本コーナー



「舞妓さんちのまかないさん」

週刊少年サンデーで連載中の「舞妓さんちのまかないさん」で、第65回小学館漫画賞を受賞した十和田出身の漫画家小山愛子さん。本作は華やかな京都・花街を暮らす舞妓さんの日常を描いた人気作で青森県出身の主人公キヨが、舞妓が共同生活を送る「屋形」のまかないさんとして働くというストーリーだ。NHKでのアニメ化も決定している。作中ではキヨの作る郷土料理の他、回想シーンなどで青森を思わせる風景が何度も登場する。舞妓さんにはなれず屋形のまかないさんとして働く事になったキヨ。一方、一緒に青森から上京してきた同級生のすみれ(すーちゃん)。師匠から「百年に一人の逸材」と期待をかけられ同期でも一番に舞妓デビューを果たす。華やかな花街の舞台裏、普通の日のご飯を通して温かな人間模様が描かれる、お台所物語。イギリストースト、イカメンチ、なべっこ団子、ひつつみ等々青森の色々な食べ物が紹介されている。私は三春屋さんやさくらの百貨店の京都物産展で実際の舞妓さんを何度か見たことがある。可愛らしく、日本の伝統芸能を感じた。舞妓さんの日常を知ることが出来るので読んでみて下さい。(Y・T)

私の随筆

修学旅行で京都に行った時、寺をまわった
別に同断変わらなかった ただ空気が一段しっとりしていた
秋の京都とはゆっくりとしたものかと思った いいなあと思った
八戸もいい
これから春だ、今日は休み。くよくよせずにいる
あさっては娘が来る
二人でゆっくりする 今から楽しみだ

Y・Y

山の頂から
鳥が羽ばたく
森の上を雨が降りまっ
樹の中の水が浸流れ
深渚の霧が深まる
河に雲が流れて
通りの道に
微風が深く舞いがかる

ひろし

雨を飛ばす鳥



若さんの映画紹介☆



今回はキャサリン・セダジョーンズ主演「幸せのレシピ」を取り上げます。マーサの幸せのレシピという映画があってそれをハリウッドでリメイクしたものです。マンハッタンの高級レストランの料理長ケイトは料理の出来をめぐる時々客と衝突する。そのためセラピーに通っている。ケイトが考える幸せのレシピとは？姉が事故で死に娘のゾーイが転がりこむ。気難しいゾーイに振り回されながらさらに荒れていくケイト。見かねたオーナーは新しいシェフのニックを呼び寄せる。陽気なニックに惹かれながらも料理人としてのプライドで対立するケイト。はたしてケイトが出す答えとは？是非見てください。(Y・S)

編集後記

デイケア新聞177号をお読みいただきありがとうございます。
新型コロナウイルスの影響によりデイケアでもバス散歩など外出は自粛しマスク着用や手洗い等、メンバー皆で感染予防に取り組んでいます。
新緑が日に日に濃くなり、初夏の爽やかさを感じる今日この頃です。
次号でもデイケアメンバーの日々の活動や作品を紹介していきたいと思えます。
今後ますます新聞を宜しくお願い致します。

〒031-0813 青森県八戸市大字新井田字松山下野場7-15
TEL:0178-25-0011 FAX:0178-25-6721
医療法人 清照会 湊病院デイケアセンター

* 記事および写真については本人の同意を得て掲載しております。

