

デイサービス まなぐら

2021



☎ (084) 976-8750

謹んで
新春のお慶びを
申し上げます



2020年は、感染症が流行り規制されることが多い一年でした。2021年には、ワクチンも承認され接種が始まる様です。新型

コロナに怯える新しい生活は、そろそろ終わりにしたいですね。春には、外で胸いっぱい新しい空気が吸えるようになるといいなと思っています。それまで、もう少しマスク、手洗い・うがいをしっかりと、新型コロナにならないように気をつけましょう！

1月の行事

- 4日(月)～9日(土) 初詣イベント
- 7日(木) 料理の日「七草粥」
- 26日(火) お風呂の日「十和田温泉」
お楽しみおやつプレート
- 7日(水) 料理の日「のっぺ」



理学療法士の 転ばぬ先の杖 背筋を伸ばして!③

座っているときに背筋を伸ばすには、次のようなしてみましょ。

- ① 足を引き気味にして座る
- ② 背もたれから背中を離す
- ③ 手を太ももの上におく
- ④ 腰から伸ばすようにする
- ⑤ あごを引く



冬至 かぼちゃ餅

17日(木)

冬至が間近だったので、かぼちゃと小豆を使ったおやつを作って食べました。かぼちゃと一緒に炊いたごはんをつぶすように混ぜて、こんがりホットプレートで焼きました。風邪知らずでこの冬を超えられそうです。



ホットプレートでニラチヂミ

7日(月)

韓国で有名なチヂミを作って食べました。焼いている間も「食べたことない」「お好み焼きと一緒にしようなもんよなあ」…など、楽しみに待ちました。



ひげダンス



もちつき

忘年会

28日(月)

毎年恒例の餅つきと忘年会をしました。

今年は、職員が餅を搗き鏡餅を作りました。残りのお餅は、職員と代表して下田さん、堂々さんが丸めてくれました。

忘年会では、みなさんに新型コロナにかかってほしくないとの願いを込めて、大きな筆で書きました。そのあと、職員のひげダンスも披露しましたが…楽しく過ごせました。

正月の支度

今年も玄関に立派な門松が立ちました。運転士さんが寒い中、門松を作ってくれました。

今年もお目見え「まなぐら神社」の鳥居にかけるしめ縄を、男性利用者さんが編んでくださいました。

2月の行事

- 8日(月) 料理の日「恵方巻」
- 17日(水) まなぐら喫茶
- 27日(土) 料理の日「やせうま」

☆他にも楽しいことを企画中です。
お楽しみに♡