



# ブレスだより

発行

社会福祉法人宝生会

理事長 西田 恵子

〒591-8011

堺市北区南花田町530

072-256-2800

<http://www.houseikai.net>

## ホノルルマラソンに 初チャレンジ!!



あけましておめでとうございます。

“健康にチャレンジ”初めてのホノルルマラソン。昨年6月位から毎日8km歩いて6か月でホノルルマラソンにチャレンジしました。不安いっぱいスタート、無事完走できた事と目標を達成できた喜びはとても口では言い表せないものでした。ちなみに42.195kmを7時間44分22秒でゴールしました。次の目標に向かって頑張りたいと思います。 理事 西田泰庸



今年も皆様の健康と活力ある生活のお手伝いをさせていただきます。寅のようにどっしりとしなやかにそして笑顔で過ごせる年でありますように。

ケアハウス職員一同



寅年にあたり、色々なレクリエーション等に寅イシ、楽しく笑いの絶えないデイサービスに励んでいきたいと考えております。本年も職員一同「明るく・元気に・親切に」何事にも寅イシしていきたいと考えております。皆様、お時間がございましたら、いつでもデイサービスへお越しください。

お待ちしております。  
デイサービス職員一同



ケアプランセンター職員一同

介護保険制度がスタートして十一年目を迎えました。当ケアプランセンターも初心にかえり今年もご利用者様とサービスの架け橋になり精一杯の努力をしていきたいと思っております。どうぞよろしく申し上げます。



新年明けましておめでとうございます。今年にはトラン!

皆様にトライしよう(やってみよう)という気持ちを持って頂けるよう元気に笑顔で訪問します。

本年もよろしくお願い致します。ヘルパーステーション一同



明けましておめでとうございます。みなさんが健康で元気に過ごしていただけるように、今年も、より美味しいお食事を届けたいと思っております。

厨房職員一同

本年も皆様方とともに、元気で笑顔で過ごせるように、事故防止、病気予防、早めの対処に努めていきたいと思っております。笑いは免疫力を高めます。

今年も楽しい行事に参加して、笑ったり、運動したりして、皆で元気に過ごしましょう。本年もよろしく申し上げます。

看護師一同



# 年始のお知らせ

## \*\*平成22年1月の行事\*\*

- 1日(金) 元旦・新春初笑い大会 1時~  
新年は笑いでスタート!! しましょう。  
恒例の風船飛ばしもあります。
- 3日(日) 喫茶コーナー  
正月料理を堪能したあとはコーヒータイムでホッと一息!
- 4日(月) お茶会 1時~3時(おいしいお茶とお菓子を一緒にどうぞ)  
初風呂(通常の時間帯)
- 7日(木) 七草粥(朝食) 春の七草でおなかもスッキリ.....
- 9日(土) 鏡開き 14:30~16:00  
食堂で「ぜんざい」をご用意します。
- 20日(水) お誕生日会(大正琴の演奏があります)
- 22日(金) 光竜寺小学校5年生交流会(第1回)  
1/1(金)~1/3(日)は朝のラジオ体操は中止させていただきます。  
お正月、おもちの食べ過ぎやのどにつめないようくれぐれもご注意ください。



元日



**\*お正月の献立\***  
1日から3日までのお食事時間は十時と四時の2回となります。  
プレスのおせち料理でお正月をゆつくり味わっていただきますよう、別紙でお渡ししたおせち料理についてのお知らせをお読みください。



## ★クリスマス会★ 12月20日(日)



### 今月のお誕生日

- 足利 道代さん  
1月4日
- 吉井 幸子さん  
1月8日
- 佃井 貞信さん  
1月11日
- 中野 静子さん  
1月15日
- 大森 貴美子さん  
1月25日
- 杉本 等さん  
1月27日
- 石田 久満さん  
1月28日
- 梅野 喜好さん  
1月30日

午前中お誕生日会でしっかり声を出して歌を歌い、クリスマスメニューの昼食を楽しみました。時間をおいていよいよクリスマス会。今回の注目は何といっても職員芸!! 鳴子を打ち鳴らしてのにぎやかな“ロックソーラン節”に皆さんの大きな拍手をいただきました。その後はデイサービスの作品をお借りしての紙芝居『竹取物語』に感激。そしてお待ちかねの手作りケーキバイキング!



紙芝居『竹取物語』

いつも来ていただいている出前喫茶の中井さん達にコーヒーを立ててもらい、数種類のケーキを食べて大満足。にぎやかなクリスマス会でした。

Merry Christmas



鳴子の音も賑やかにロックソーラン節を踊る4人娘!



\*手作りケーキバイキング\*

## 餅つき大会 12月28日(月)



「よいしょ」と大きな声援が!

1年の最後はもちつき大会の行事で締めくくり!! 少々風のきつい中でしたが、皆さんのかけ声が寒さを吹き飛ばしたようににぎやかなもちつきでした。特に91歳の高齢にもかかわらず、もちつきをされた(小田さん)には拍手喝采!! 堂々たるお姿に皆さん元気をもらいました。つきたてのお餅は早速昼食でいただきました。おいしかったですね。



昔とった杵柄、さすがですね!

## \*\*\*ひとことコーナー\*\*\*

皆さんお出かけした時やいただき物があつた時ちょっとおすそわけに・・・と居室に持っていかれることがあると思います。お気持ちはよくわかりますがお返しに気を使うという声も聞かれますし(特に食べ物はすぐに食べきれないときもありますので)できるだけやり取りはお控えください。

この時期、ミニキッチンやオーブントースターを利用されることが多くなるとは思います、くれぐれも使用中はその場を離れないよう気を付けてください。

