

歩°歩°TIMES 9月号

デイケアの夏…避暑活動

今年の夏も暑かったですね。「夏といえば」の質問に皆さんならなんと答えますか？夏休み、海、お祭り。十人十色の答えがありますがデイケアでもいろいろな「夏といえば」プログラムがあります。

夏といえば…スイカ割り！

去年から取り入れている「避暑活動」プログラム。「夏といえば」の1つめはこれです。スイカ割りのチーム戦で、チームメンバーの声を頼りにスイカを叩くタイムを競います。「左ひだり！」「いやいやまっすぐ！」「この声は誰?!」と盛りあがりました。もちろん、スイカはみんなで美味しくいただきました。

3人1チームでタイムを競い合いました。目隠しをされ、その場で3回まわり…この時点で勘の良い人、悪い人ができ、正面を向いてまっすぐ歩いて。中には、方向を間違ったりして仲間の指示に合わせてスイカを割りました。思ったよりみんな上手かったです。スイカも良く冷えていて大変美味しかったです。(夏男)



夏といえば…盆踊り

毎年、当院では「盆踊り大会」を開催しています。駐車場にやぐらを立てて、音頭取さんに来ていただき、伝統的な江州音頭を演奏してくれます。

入院中の患者さんも、職員も、音頭取りさんの太鼓や歌声を聞きながら、みんなで踊ります。売店ではジュースやカキ氷を売っていたり、浴衣を着ている人がいたり…まるで、夏祭りの懐かしい雰囲気でした。



盆踊りを踊っていたら、やぐらの上から踊り子さんが笑顔で見て下さっていた。最後の曲を歌いながら踊っていると、私は「踊り子さんと踊ってみたいな」と思った。

(貴代子)

夏のお菓子作り…抹茶ようかん



夏のお菓子も涼しげなものが人気です。味も見た目も、爽やかなものを食べたくなるからでしょうか。デイケアでも爽やかに**抹茶ようかん**を作ってみました。あんこと炊いても綺麗な抹茶色に。お茶も立ててもらって。

懐かしい味かな、と思っていたようかんのお菓子作りをしました。風流なお抹茶をたててくださって、夏のお菓子、ようかんと一緒にいただきました。懐かしいお抹茶のようかんはおいしくできました。格別の素敵なひとときを過ごしました。いい思い出になりました。(J. K)

☆8月の調理実習☆

連載!

私の自慢☆



今月の調理実習は和風の**ぶたしゃぶサラダ**と**パンフキンスーフ**、洋風の**ハッシュドビーフ**と**ヴィシワーズ**です。ぶたしゃぶサラダは、豚肉のしゃぶしゃぶと野菜でさっぱりしているけれどお肉もしっかり摂れる、夏バテにはもってこいのメニューですが、火を通し過ぎるとお肉が固くなってしまい、意外と加減が難しいのです。それを解消するコツは、**お肉に片栗粉をまぶして湯通しすること**。そのひと手間で、柔らかくジューシーに仕上がります。ハッシュドビーフに東合わせたのは、**夏らしいジャガイモの冷製スーフ**、**ヴィシワーズ**でした。

スキー。
ケガをするまで毎年やっていた。
あとはサーフィンもしていた。
今は、55歳になって何もできない。



いつも昼になったら、デイケアの昼休みに本屋に出させてもらっています。好きな本を読むことが今の私の少しの自慢です。単行本も少しは100円であります。100均単行本もあります。



☆編集後記☆

夏も終わり、あっという間に秋になりましたね。ちょっとさびしい気もしますが、季節の楽しみを見つけましょう!

9月のプログラム

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	心理B/調理A ホースリング	お楽しみレク	お休み	図書室 ボールゲーム	デイケア会議 クラブ活動
7	8	9	10	11	12
お休み	心理A/調理B スナック/ミニゲーム	客室	おしゃべり/園し ストラックアウト	生活セミナー 創作活動	ミニゲーム 卓球
14	15	16	17	18	19
お休み	心理B/調理A パタンク	卓球大会 /クラブ活動	麻雀大会 /ちよこまつり	ボランティア活動 カラオケマンボ	デイケア会議 音楽
21	22	23	24	25	26
敬老の日	国民の休日	秋分の日	客室	生活セミナー	創作活動
28	29	30			
お菓子作り 茶話会	心理A/調理B 卓球	色紙作り /DVD鑑賞			

☆見学・体験のお申し込みは...☆
公益財団法人 杏樹会 滋賀八幡病院
〒523-8503 滋賀県近江八幡市鹿島町744

精神科デイ/ショートケア 多*多* (ホホ)

TEL 0748-33-9169

FAX 0748-31-0109



welcome

