



12月

なんてん



クリスマスのイルミネーションが華やかに街を彩る季節となりました。
そして今年もとうとう残りひと月ですね。年越しの準備はいかがですか？
何かと気忙しい時期かと思いますが、体調を崩さないように気を付けながら
「なんてん」で楽しく過ごし、しっかり体を動かしましょう！！



簡単なようで
細かい部分を
切ったり
貼ったり
折ったり
これがいい
脳トレになるし、
指先運動で
楽しく行えます。

11月は、クリスマス飾り、ツリー飾り、
毎月の壁画として紅葉の風景を創作活動として取り組みました。
皆さん作るコツを覚えると手先を器用に動かしてもくもくと作られていました。



機能訓練の様子



肉まんを作りました



肉汁たっぷり
美味しい😊



皮から作ることが初めてな方が多く、自分たちで包むのが楽しかった様子。

肉汁たっぷりな フライパンDE肉まん

(4人分)

①生地を作る。Aをまぜて10~20分冷蔵庫でおく

A
生油100g
ベーコンの脂 小さじ1強
さとう小さじ1と半
しょうゆ大さじ1
牛乳80cc



おかげさまで
生地がおいしく
なるだーっ

ゆっくり
おやすみ

②具をつくる。Bをボウルに入れ、よくまぜる

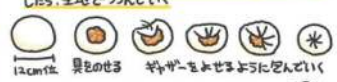
B
ぶたひき肉100g
玉ねぎ少々
しょうゆ大さじ1
しょう油大さじ2
ネギ小さじ1
ごま油小さじ1
オリーブオイル小さじ1
酒小さじ1



この肉が
ほんとうにうまい！

たまねぎは
みじん切りに！

③①の生地を4等分したら、打ち粉をしたまな板の上に、それを丸、直径12cm位の円にのばす。具材を4等分したら、生地をつんできく



12cm位 具のせる キューをのせまよりにどんできく
肉汁がこぼれる原因になるので、上はしっかりくっつけてあげてね!!
打ち粉でくっつきにくかったら、水をつけてあげるとよいよ



④フライパンに③の生地をのせたら、100ccの水を入れ、強火にかける。水が蒸発したら、火を弱火にして、フタをして10分蒸らす



10分経ったらフタをとり、水分を飛ばす。お好みでゴマ油をまわしつけて、店をカリッと焼けば完成!

肉汁がこぼれちゃうかも!! カリッと焼くとおいしい!!
お好みでカラシをつけて食べてもいい!!
アンパンをかぶりたて欲しい!!



厨房のスタッフさん紹介します



温泉巡り、甘いもの大好き、時々ロマンチック! 田村さん♡



中国ドラマ大好き、畑大好き、時には天然発揮! 山下さん♡



おいしいものを食べて元気で長生きね♡

瑠璃光寺の五重の塔に紅葉狩りに行きました



ぜんざい温かくておいしいね～



肌寒いけど
天気も良くて気持ちがいいね～！！



サビエル記念聖堂にも
寄ってみました。

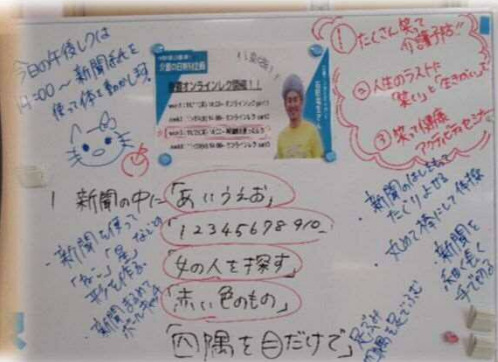
山果出舟内閣総理大臣	氏名	伊藤博文
私任年月	私任月	私任日
山果有朋	桂太郎	寺内正毅
岸信介	田中義一	佐藤栄作
安倍晋三		



指先がとても器用で
編み物がとても上手です。
自分の意見もしっかり持ち
とてもいい作品が出来ました。

昔好きだった、今でもしたい。
と要望があれば対応しますので
職員に声を掛けてくださいね。





普段新聞を家でとってる方、ぜひ「50音」で「あ〜わ」まで順番に文字を探したり「1〜50」まで数字を探して見るのも脳トレになっていいですよ。



オンラインレクに参加する機会が増え、また違った面で皆さんが楽しく体を動かしたり集中して取り組む姿がとても感動的です。どんな人がどんな場面で参加しているのか知れる機会でもあります。



仲間と一緒に何かをする。ことが自信に繋がったり、楽しい一日を過ごせる。と最近、皆さんの元気が溢れています。

ぜひ、仲間づくりをデイサービスセンター **なんてん** でしてみませんか??



HAPPY BIRTHDAY!



かぜ(普通感冒)インフルエンザとの違い

	かぜ(普通感冒)	インフルエンザ
発症時期	1年を通じ散発的	冬季に流行
主な症状	上気道症状	全身症状
症状の進行	緩徐	急激
発熱	通常は微熱(37~38℃)	高熱(38℃以上)
主症状(発熱以外)	<ul style="list-style-type: none"> ●くしゃみ ●のどの痛み ●鼻水、鼻づまり など 	<ul style="list-style-type: none"> ●全身倦怠感 ●関節痛・筋肉痛・頭痛 ●咳 ●のどの痛み ●鼻水 など
原因ウイルス	ライノウイルス、コロナウイルス、アデノウイルス など	インフルエンザウイルス

布巾の除菌にも。洗った布巾にたっぷり吹きかけ、1~2分置き、しぼって使用します。

食卓・テーブルの除菌にも。直接吹きかけ、布巾で拭きとります。

便座に直接吹きかけることで、除菌・消臭。その後トイレトイレットペーパーや布でふき取ってください。

ドアノブや取っ手などの除菌にもお使いいただけます。

花瓶の水にキエルクエンを加えると、水が乾りにくく取り替えが少なくて済みます。

靴やブーツの中にキエルクエンを吹きかけ雑菌の繁殖を抑制し、さらに臭いの原因物質を分解・除去します。



☆ご見学や無料体験も随時承っております！
 ☆介護に関するご相談も随時受け付けております。
 お気軽にお問い合わせください



ご相談 お問い合わせ

○株式会社 つながり
 747-0063
 防府市大字下右田1035番地



ホームページはこちら

<https://tuna-gari.com/>

・デイサービスセンターなんてん
 担当 ; 杉山
 TEL 0835-28-8812

