

# なんてん

2012.02

第59号

発行元：社会福祉法人 県央福祉会 横浜市中山みどり園

226-0011 横浜市緑区中山町 395-2

Tel 045-931-8611 Fax 045-931-8626

発行責任者 鈴木 紀雄



## 2012年スタート



今年もお正月らしい活動を各活動室で行っています。一例ですが、活動室ごとに紹介します。  
(野中隆宏)

### 活動室1

活動室1では、調理でおしるこ作りをしました。活動前から、楽しみにしている方も多かったようです。特に白玉をこねて丸める工程では、笑顔になっている方が多く、作る過程も楽しめているようでした。出来上がった物は活動室の利用者さんで食べています。美味しく出来上がり、みなさん早いペースで食べていました！  
(西尾瑞希)



### 活動室2

活動室2では、福男・福女レースをしました。！！

新年といえば、西宮神社の福男レースです！！というわけで、みどり園でも福男・福女レースをしてみました。「みんなー！福男・福女になりたいかー！」の声掛けに、皆さん笑顔で手を叩いていました。一人ずつ、廊下のカラーコーンへ走り(歩き?)、ゴールの鈴(今回はウインドチャイム)を派手に鳴らしました。見事ゴールできた皆さん！今年1年福男・福女で頑張ってください  
(足立修一郎)

### 活動室3

活動室3では書き初めを行いました。「はつ春」や「龍」、「希望の朝」といったお正月らしい言葉の中から、利用者の皆さんが書きたい言葉を選んで書いています。

見本を集中した様子で見ながら皆さん真剣に書いていました。書きあがった際には皆さん笑顔を見せて満足げな様子でした。  
(野中隆宏記述)



# 年忘れ会を行いました

12/28 (水)、みどり園の『年忘れ会』を開催しました。



利用者さんやご家族の皆さん、職員が一堂に集まり、利用者さんの乾杯の音頭で開始しています。

毎年恒例の活動室ごとの出し物では、各活動室でこの日のために練習してきた出し物を発表しました。活動室1では2011年のヒット曲『マル・マル・モリ・モリ』に合わせてダンスを披露しています。テンポ良く、耳馴染みのある音楽と、利用者さんのダンスに会場も盛り上がっていました。活動室2の出し物は、本物の臼と杵を使っての『餅つき』でした。会場の「よいしょ！」という掛け声に合わせて、皆さん力いっぱいお餅をついていました。この後、活動室2からはご来場の皆さんにお餅のプレゼントもありました！活動室3の出し物は合奏で、『アイネ・クライネ・ナハトムジーク』の曲を演奏しています。職員の指揮に合わせて、皆さんそれぞれのパートを丁寧に演奏していて、練習の成果がよく伝わっていたのではないのでしょうか。

活動室ごとの出し物の後、職員の出し物として、音楽の活動で好評だった『となりのトトロ』の演奏を行っています。職員の演奏に合わせて、大きな声で歌を歌っている方もいました。

その後、全体でのパネルゲーム、日々の活動を記録したスライドショーの後、全体で『愛は勝つ』の曲を合唱しています。

最後に予定していたくす玉割り、例年なかなか割れないことが恒例になっていましたが...今年も予定よりも早く、会の前半で割れてしまうというハプニングがありました！タイミングはずれてしまったものの、流れるように落ちるリボンや垂れ幕に、会場の空気も盛り上がっていたのではないのでしょうか。

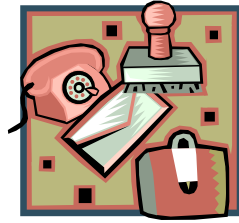


2011年の締めくくり、皆さんで時間を共有することができたこと、とても嬉しく思います。年末のお忙しい時期にも関わらず、足を運んで下さった利用者・ご家族の皆さん、本当にありがとうございます。2012年も是非楽しい年になればと思いますので、今年もどうぞ宜しく願い致します！

(西尾瑞希)



# 作業報告



みどり園での活動「作業」の時間では、皆様から頂いているペットボトルキャップの作業を中心に取り組んでいます。ペットボトルキャップの作業以外に、ジクラ様から、熱帯魚の工サを計量するキャップに二つ折りした広告を入れる作業を受注し取り組んでいます。

また今月より、新たに渡辺化成工業様から部品の組み立ての作業を受注して取り組んでいます。パソコンの関係の部品とのことで、作業の初日は「どうやるの?」「これ、なに?」と皆さん興味津々でした(笑) 徐々にコツが掴めてきたようで、楽しみながら意欲的に取り組んでいます。

ペットボトルキャップを下さる方、受注先の会社の方、ありがとうございます! これからもがんばります!(山田皓子記述)



ここでふれいく



クイズ!

問題 I : 1月7日に食べる七草粥の材料はなんでしょう?

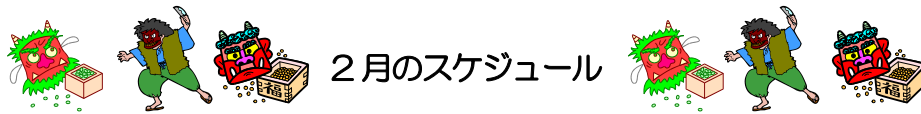
- ①春の七草      ②夏の七草      ③秋の七草      ④冬の七草






問題 II : 不足すると、乳酸などの疲労物質が体にたまり、疲れやすくなるほか、むくみ、食欲不振、脚気、肝臓、腎臓の機能低下、糖尿病などの疾病を引き起こす栄養素は次のうちどれ?

- ①ビタミンE      ②カルシウム      ③カリウム      ④ビタミンB1





## 2月のスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1 	2	3 園内宿泊 →	4 開所日 →	5
6	7	8	9	10	11 建国 記念の日	12 
13	14 	15	16	17 園内宿泊 →	18 開所日 →	19
20	21	22	23	24	25	26
27 	28	29				

### ~~~~~クイズの正解~~~~~

#### 問題Ⅰ：正解 ①

「新春」という言葉がお正月を指すように、昔はお正月を春と呼んでいたと言われています。そこで、1月7日に食べる七草も、冬の七草ではなく春の七草（「せり」「なずな」「ごぎょう」「はこべら」「ほとけのざ」「すずな（カブ）」および「すずしろ（ダイコン）」）と呼びます。七草粥には、その一年の無病息災を願って食べられています。また、祝膳や祝酒で弱った胃を休める為とも言われているそうです。ちなみに、「おみなえし」「おぼな（ススキ）」「ききょう」「なでしこ」「ふじばかま」「くず」「はぎ」が秋の七草と呼ばれています。

#### 問題Ⅱ：正解 ④

ビタミン B1 は水に溶けやすいため、基本的に調理における損失が多く、食品中に含まれる総量のうち半分から 1/3 程度は失われているため、注意が必要です。穀物や豆類、牛乳、緑黄色野菜に多く含まれており、日本人は摂取総量の半分は穀物から摂取しているとのことです。

#### 編集後記

2012年が始まってから、もうすでに1ヵ月が経ちました。1月は雪が降る等寒い日が続きました。早く暖かくなってくるといいですね。

これからの季節、徐々に草花の緑が目立つようになってきます!!私は去年ベランダでカーネーションを育てていました。今年は季節ごとにベランダで花を楽しめるようにしよう!!と思っています。皆さんのオススメの植物があれば是非教えてください。

それでは今年も1年よろしくお願い致します。(野中隆宏)