

グリーンウッド奥多摩広報第 89 号

# やまどり



JR 白丸駅

令和 3 年 10 月 15 日発行 社会福祉法人グリーンウッド

# 行事紹介

コロナ禍ですが様々な行事を企画しました

## 納涼祭

8/12(土)、昨年に引き続きコロナウイルス感染対策のため、ご利用者と職員のみで納涼祭を行いました。



魚釣りゲームではみなさん夢中になって楽しまれておりました。意外にも女性のご利用者の方々も釣りを楽しまれていましたよ！中にはたくさん釣り上げる方もいらっしゃいました。



景品引きゲームでかわいいぬいぐるみを取って喜ばれたり、映像の花火を鑑賞して楽しんだり、玉入れゲームでジュースをゲットし、おやつを食べてみなさん納涼祭を楽しまれておりました。

## すいか割り大会

8/18(水)にはすいか割り大会を行いました。すいかに見立てた紙風船を割っていただき、水分補給に本物のすいかを召し上がられました。



## 花火大会

8/18(水)・26(木)には施設屋上にて、花火大会を行いました。



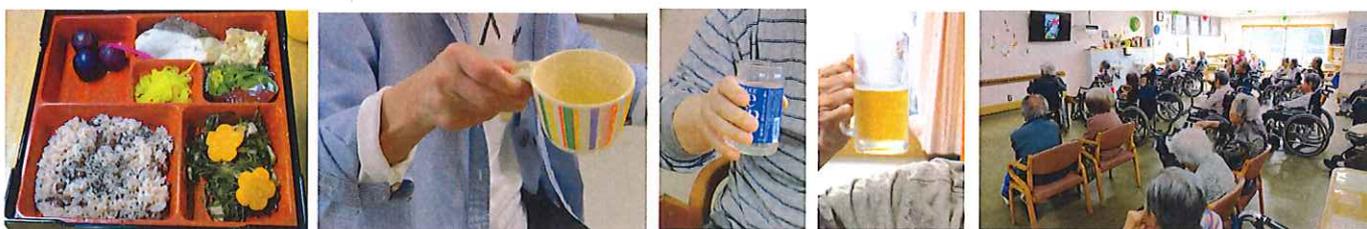
手持ち花火で楽しんで頂いたあと、噴出花火を鑑賞しました。また、締めは線香花火を楽しまれました。短い時間でしたが、季節を感じていただくことが出来ました。

## 敬老祝賀会

9/18(土)には敬老祝賀会を開催しました。コロナ対策のため、昨年同様来賓やご家族の方々の来所は取りやめております。



奥多摩町内の最高齢者は男性女性共に当施設に入所されている方であり、奥多摩町と奥多摩町社会福祉協議会から賞状・記念品を頂きましたので、表彰させていただきました。賀寿対象者の25名の方々にも、心ばかりではありますが記念品をお渡ししています。



お昼にはみなさんで乾杯し、敬老祝賀会用のお赤飯などの特別メニューに舌鼓を打ちました。中にはワンカップやビール(ノンアルコールですが…)を飲まれる方もいらっしゃいました。その後は一年間を振り返るDVDを見たり、カラオケをして一日楽しまれています。

来年こそはコロナウイルスが終息し、ご家族のみなさまに施設に来ていただき、一緒にお祝いしていただけるような世の中になってほしいものです。

## 地域応援券

奥多摩町から支給された「地域応援券」を利用し、ちょっと豪華なお食事を楽しんだり、衣類の購入をしたりしています。



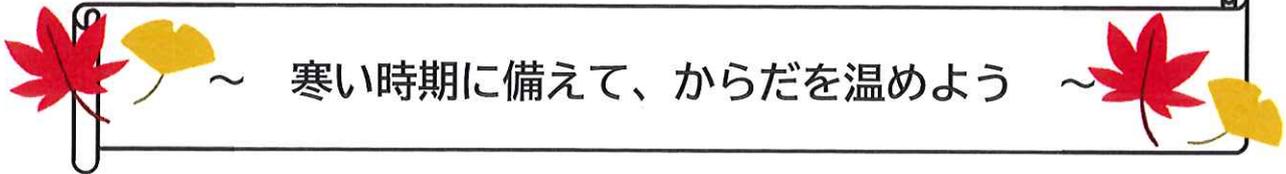
町内のお店の方々にいろいろとご協力いただき、実施することができています。



## ホーム喫茶

月に一回だけではありますが、各フロアにてホーム喫茶を行っています。カフェオレやミルクティーなど、お好きな飲み物を選んで頂き、美味しいケーキと一緒に楽しんで頂いています。





段々と気温が下がり、体調不良や冷えが気になる季節が近づいてまいりました。鍋ものや、スープなど温かい料理がおいしくいただける季節ではないでしょうか。温かさを持続させるために、からだの内側から温めてくれる食材をご紹介します。

### からだを温めてくれる食材の特徴

- 冬に旬を迎えるもの
- 寒い地方で採れるもの
- 土の中で育つもの
- 色が黒いもの、赤や黄色などの暖色系のもの  
(※トマトは例外)



**秋**

さつまいも、里芋などのいも類 しめじ、舞茸、椎茸などのきのこ類  
小豆 生姜 かぶ ぶどう 栗 いちじく りんご



**冬**

ごぼう、蓮根など根菜類 ほうれん草 春菊 ねぎ 黒豆 ブロccoli  
みかん りんご

ハウス栽培、保存技術の発展、海外からの輸入などにより季節を問わず食べられるものが増えていますが、旬の野菜や果物にはその季節にからだに必要な栄養素がたくさん含まれています。味や香りも濃く、調味料をたくさん使用しなくてもおいしく食べられるため、調味料の塩分や、糖分を減らす効果もあります。また、発酵食品（みそ、しょうゆ、納豆、漬物、チーズ、ヨーグルト）には代謝を良くする酵素が含まれており、からだを温めます。

給食担当 管理栄養士

## 白丸ケアセンターより

居宅介護支援事業所白丸ケアセンターでは、ご利用者が可能な限りその居宅において、有する能力に応じ、自立したその人らしい日常生活を営むことができるよう、利用者本位の支援を行っています。また、地域の関係者や事業者等と連携をとり、サービスを必要とする方の期待に応えるため、事業所全体で取り組んでいます。

介護に関してお困り事がある方は、白丸ケアセンターまでお気軽にお問い合わせください。  
営業時間：月～金 午前9時00分～午後6時00分

新型コロナウイルスの影響により、まだ面会も思うようにできませんが窓越しでの対面は可能です。1日2組までの予約制とさせていただきますので、ご希望の際にはグリーンウッド奥多摩までご連絡ください。どうぞご理解・ご協力をお願いいたします。

### 社会福祉法人グリーンウッド

○介護老人福祉施設 グリーンウッド奥多摩

○居宅介護支援事業所 白丸ケアセンター

(通所サービス) デイサービスセンター森の時計

TEL 0428-83-3737

TEL 0428-83-3733

東京都西多摩郡奥多摩町白丸263番地

ホームページ <http://www.green-wood.jp/>



令和3年10月15日発行 発行者 清水 信行