



立春の候、皆様いかがお過ごしでしょうか。まだまだ寒い日が続いており、春とは名ばかりですが、年はじめのデイサービスでは、ご利用者様のたくさんの笑顔をいただき、春の息吹の満ちる季節ももうすぐ！と感じております。今年度も楽しい企画を考えていきますので、皆様と一緒にいっぱい楽しみましょう。今月号もどうぞご一読ください。

今月の手作りおやつは < 五平餅 > を作っていただきました



♡こねるには、力が要ります♡男性のご利用者様大活躍です ♡赤味噌と白味噌の二種類を作りました！♡

* 毎月 10 日は トモ の日 ! * 1 月は 「 伊勢料理 」 でした

- ☆てこね寿司
- ☆伊勢うどん
- ☆五目煮め
- ☆かぶの昆布和え
- ☆おやつ おはぎ



今年初めてのトモの日は、「伊勢料理」です。

てこね寿司は祝いの食事と考えられており、一月のトモの日にぴったり。

また、今年は伊勢志摩サミットが開催されるので、そんなお話ししながら、召し上がっていただきました。

管理栄養士



サービス利用・デイ通信へのお問い合わせは

〒510-0266 鈴鹿市長法寺町字権現 763

TEL 059-372-3811(代) fax 059-372-3814

E-mail ruheheim@circus.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.ruheheim.com>



※ ホームページ スタッフログの“ルーエハイム通い”では、デイサービスセンターの行事等を紹介しています。



❖ ボランティア さんが来て下さいました ❖

1月11日 ❖ 鈴鹿フルートアンサンブルメンズチーム ❖ フルートコンサート

『眼鏡戦隊三重ルンジャー』 参上！ ご当地キャラクターで演奏して下さいました。



1月30日 ❖ ひとみ会 ❖ 大正琴の演奏です



歌詞をみながら演奏に合わせて口ずさんでみえました ♪

デイサービスセンターでは **音楽療法** を行なっています ♪ 週 1 回 隔週の水・金曜日



♪ ゆき ♪



暖冬とはいえ さすがに大寒の頃、寒さも本格的となり、ついに雪も降りました。
♪雪やこんこ 霰（あられ）やこんこ・・・♪と歌い出す「雪（ゆき）」は1911年（明治44年）の作詞作曲者不詳の文部省唱歌です。「こんこ」という古い表現は「来む（来い=降れ）」という言葉が語源だそうです。子どもたちの「雪よ、もっと降れ降れ」という歓声が聞こえてくるようなシンプルかつ明るい歌ですね。

デイサービスの皆様とは冬の間楽しんでるこの歌、この日は少し趣向を変えてミュージックベルの音を加えてみました。シ♭・ラ・ソ・ファという四種類の音を数本ずつ用意し、皆様も4つのグループに分かれていただき、シ♭のグループ、ラのグループ・・・と順に鳴らしていきます。シ♭ラソファ・シ♭ラソファと音階の下降形を歌に合わせて繰り返していくと、可愛らしいベルの音がキラキラとした雪の結晶のように聞こえてきます。職員さんにも手伝っていただきましたが、自分の番の時だけベルを振るのは案外難しいものです。それでも皆様、1234と拍子を数えたり、職員さんの合図を見たりしながら、歌とベルのアンサンブルを楽しんでみえました。寒さがひとしおの冬の午後でしたが、皆様の笑顔でぽかぽかと暖かなデイサービスのひとときでした。



b y 音楽療法士 藤岡厚子 ♡