



出前行事 第四弾

四十間堀 醫 だより

「四十間堀 醫 齋田香住先生書」

2020年6月号

# うなぎ出前

少しづつ 初夏の気候となつてまいりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。五月二十五日に、出前行事第四回目となるうなぎの出前行事を行いました。今回は、八束町江島にある「うなぎ処山美世」さんにご協力頂きました。山美世さんには、外出行事で何度もご協力頂いた事もあり、皆様も楽しみにされていきました。

会場入り口には「うなぎ処四十間堀 醫」という看板を飾り、雰囲気ある中でお食事を楽しめました。また、栄養士特製のしじみ汁を召しあがって頂くと、「もう一杯」と各テーブルから声を頂きました。完食後の弁当箱を、嬉しそうに見せて下さる表情は、大変満足された様子でした。

新型コロナウイルスのため、外出してお食事が出来ない分、出前やテイクアウトなどのサービスを活用して、普段食べることができない食事をお届けする機会となりました。今後、皆様楽しんで頂ける企画を催します。ご参加をお待ちしております。



栄養士 特製ジュース

お手製手巻き寿司

いらっしゃいませ!!!

# 会席膳

五月二十八日に毎月恒例行事の会席膳を行いました。会場は五月らしく、こいのぼりや五月人形を飾り、明るい雰囲気の中、お食事を楽しめました。大きなこいのぼりに皆様は「まあ、立派なこいのぼりね」と感心しておられました。

本日のお食事のメインは、手巻き寿司です。栄養士が皆様のご要望に合わせて、一つ一つ丁寧に巻いた手巻き寿司を、美味しく頂くことができました。沢山あるメニューを完食されている方が多く、おられ「美味しかった今日の夜食べられるかしら」といった嬉しい言葉が溢れました。

これから梅雨の時期に入り、気温や湿度が高くなり、暑さがかりとお食事を召し上がって頂き、暑い時期を乗り越えましょう。

6月 June

6月10日～7月9日 行事予定

月曜日 音楽サークル  
水曜日 手芸サークル  
木曜日 絵手紙サークル  
金曜日 健康体操教室

- 6月
- 11日：笹巻き
  - 16日：鑑賞サークル
  - 18日：お抹茶サービス
  - 25日：喫茶
  - 30日：会席膳
- 7月
- 3日：お抹茶サービス
  - 6日：誕生会

# 健康体操サークル

毎週金曜日、四十間堀 醫は健康体操サークルを行っています。体操内容は、自律神経を刺激し、リラックメ効果の高い深呼吸から始まり、棒やタオルを活用し、患側動きにくい手や足の運動を助ける代償動作を行う棒体操、職員の声に合わせて四肢、手足や体幹を規定の動作に行う介護予防体操、また音楽に合わせて体を動かす笑顔あふれる体操ダンスなど、多様な運動内容を行っています。

参加者は毎回二十名を超え、自身では動かしにくい方に対しては職員が傍に付き、運動介助のもと行って頂きます。ふとした時間に一人で行える運動紹介や、脱水予防の必要性など、たくさんの方の豆知識が聞かれます。

心も体も元気



Instagram shjukkenbori\_kusushi