



「プラザイムス」は、患者様、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

スイカ割り大会

8月26日(土)・27日(日)に恒例のスイカ割り大会を行いました！それぞれのフロアで、盛り上がった模様です♪



8月の下旬、残暑が少しおさえられた土日の両日にウエストケアセンター恒例のスイカ割り大会が各階とデイケアにおいて開催されました。

それぞれのアイデアを考え、大会を演出致しました。5階では暑さを吹き飛ばしてくれるくらいスイカに見事命中させ、叩き割ってほしいと期待を込めて見守ります。

しかし、実際はそう簡単にはいかず、ご利用者の皆様入れ替わりで硬いスイカと戦います。

スイカの上につけた紙風船が期待に応じて割れますが、納得いかない?!ご利用者様は再度挑戦され、とても頼もしい姿です。見事スイカは割れ、会場内には拍手がおこります。

おやつ時にお出ししたスイカは割ったスイカとは異なりましたが、甘くて冷たいスイカを皆様美味しそうに召し上がっていら

っしゃいました。

介護福祉士 山下 美千代



おはぎ作り（デイケア）

8月17日（木）、今回は小豆ときな粉の2種類のおはぎを作りました。男性4名含め多くの方にご参加頂きました。今回、小豆の量が限られていたので、もち米を均等に作るように仕上げました。きな粉の量には余裕があったので、贅沢にまぶしてみました。男性利用者様は「上手く出来ないと思うよ。」と言いながらも、丁寧に形をつくり、熱心に取り組まれていました。女性利用者様は殆ど皆さんが作り慣れていらっしゃる、とても手早く仕上がっていきます。「久しぶりに作って楽しかった！昔はどこの家でもつくったものだよ。」と言いながら、多くの笑顔が見られ、楽しいひと時でした。

介護福祉士 渡辺 寛子



行事予定

- ・納涼祭
9月9日（土）17:00～
- ・長寿の祝い
9月11日～9月16日

デイケア自主トレ報告

当施設デイケアでは、リハビリ職員がアドバイスさせて頂いたトレーニングを自主的に行って頂き、特に頑張っていた方に、施設長より表彰状をお渡しさせて頂いております！これからもよりいっそう、元気にリハビリしていきましょう！！



【編集後記】 つい最近まで、暑い日が続いておりましたが、徐々に涼しく過ごしやすくなってまいりました。施設の近くの道路に転がっている栗や、青々とした木の葉が散っているのを見かけると、少しずつ秋を感じます。季節の変わり目です。皆様、体調に気をつけてお過ごしください。 ウエストケアセンター広報委員会一同

発行元 介護老人保健施設ウエストケアセンター

発行年月日 平成二十九年九月八日

〒192-0151 東京都八王子市上川町 2135

Tel:042(654)5511

Fax:042(654)7716

<http://www.ims.gr.jp/west-hp/>

敬老の日



敬老の日は、兵庫県多可郡野間谷村の門脇政夫村長（のち兵庫県議会議員）と山本明助役が1947年（昭和22年）に提唱した「としよりの日」が始まりです。野間谷村では、1年のうちで気候がよく農閑期にもあたる9月中旬の15日をその日と定め、敬老会が開かれました。これが1950年（昭和25年）からは兵庫県全体で行われるようになり、後に全国に広がったと言われています。



当初は「9月15日」が敬老の日でしたが、現在はハッピーマンデー制度で「第三月曜日」に変更されています。敬老の日にお酒をプレゼントされる方もいらっしゃるかと思います。お酒はちょっと…という方の為に手作り甘酒のプレゼントはいかがでしょうか？！今回は健康にも夏バテにも良い甘酒レシピをご紹介します。

健康にも夏バテにも良い 甘酒レシピ

炊飯器で作る甘酒の材料（4人分）

●甘酒の素 : 麴 400~500g ●米 1合（もち米でも可） ●塩 少々

【作り方】

- ① 米をといで炊飯器でお粥を炊く
- ② 麴を手でバラバラにほぐしておく。
- ③ スイッチが切れたら内釜ごと取り出す。おかゆをヘラで混ぜ、冷水を2カップ強（450ccぐらい）混ぜて温度を下げる。目安は60℃ぐらいです。
- ④ おかゆに麴を加え、ヘラで均一になるように混ぜる。このとき、ひたひたにならないようであればぬるま湯を足します
- ⑤ 表面を平らにならし、炊飯器にセットする。
- ⑥ 炊飯器の蓋は開けたままにして、盆ザル（またはタオルか布巾）をかけて、保温スイッチを入れる。
- ⑦ 1時間半~2時間おきにかき混ぜながら、5時間ほど発酵させる。
- ⑧ 蓋を開けたまま炊飯スイッチを入れ、時々かき混ぜながら、沸騰直前（90℃ぐらい）まで加熱して、塩を1つまみ加えてスイッチを止める（今回は20分間加熱）。
Ⓜ蓋を開けたままでの炊飯ができない炊飯器の場合は、普通の鍋に移しかえて、火にかけて加熱します
- ⑨ 容器に移して冷ましたら出来上がり。飲むときは好みの甘さ・薄さにしてください。



上川町民祭「神輿渡御」に参加しました！



平成29年8月20日（日）前日まで雨が降り、天候が心配でしたが、晴れ間がのぞく中、町民祭が行なわれました。上川東部町会より年々神輿の担ぎ手が減っており、若い人たちの力が必要との事でお誘い頂き、当施設職員が神輿担ぎのお手伝いとして参加させて頂きました。



当日は子ども神輿と大人神輿二手に分かれ、上川東部町内から熊野神社まで約2時間かけて町内を練り歩きました。神輿は大人でも踏ん張って担がないと行けないくらい重く、神輿の重みで肩が痛くなる程でした。

担ぎ手からは「わっしょい」「さあー」「よいしょ」「そらわっしょい」と威勢の良い掛け声が飛び交い、町民の方々の気迫と元気の良さが伝わって



きました。盛り上がりも最高潮となり、今熊太鼓の演奏が響き渡る中、無事に神輿を熊野神社に届ける事が出来ました。

上川東部町会からは「神輿の担ぎの手伝いをしてもらい、本当に助かったよ。また来年もお願いしたい」とのお言葉を頂きました。上川東部町会の皆様、ありがとうございました。今後も地域交流を図り、地域に愛され選ばれる施設を目指して参ります。

支援相談員 久保 真一

