



平成 30 年  
8 月号

「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。

# 流しそうめん

7月の行事では流しそうめんを行いました。「流しそうめんなんて初めてだわ!」と利用者さまの楽しそうなお顔が印象的でした。

最初はうまくつかめなかった方もコツをつかむと皆さんとても上手にすくっておいしそうに召



上がっていました。

「夏らしくていいわね」と言ったお言葉も聞かれて楽しい行事が行うことが



出来て良かったと感じました。

また次回以降の行事も行事委員一丸となって盛り上げていこうと思います。

総務課 門倉 舞緒



竹取も頑張りました! 笑

# 栄養科にとっておきレシピ

## お盆のお話

正式には盂蘭盆会（うらぼんえ）と言いますが、夏に祖先の霊を祀る行事。元々は旧暦の7月15日を中心としたものだったのですが、現在は月遅れにあたる8月15日が一般的になっています。

お盆には、先祖や亡くなった人達の精霊が道に迷わず帰って来ることができるように、13日の夕刻に盆提灯を灯し、庭先に迎え火として麻幹（おがら）を焚きます。14、15日は精霊は家にとどまり、16日の夜帰って行きます。今度は送り火を焚き、霊を送り出します。京都の大文字焼きはご存知だと思いますが、これは正式には「五山の送り火」といいます。これも、お迎えした先祖の霊をお送りする送り火です。

一般的なお盆のお供えには、「五供（ごく）」と呼ばれる物があります。「五供」とは、香、明かり、花、水、食べ物の5つを指しています。そして五供とともに、お供え物として有名なのが「お団子」です。その中でも魔除けや五穀豊穡の意味がある、おはぎを紹介します。

### 材料（10個）

- ・ ご飯 450g（お茶碗3杯、約1.3合）
- ・ 片栗粉 40g
- ・ 水 40cc
- あんこ（市販でも手作りでも） 340g
- きなこ ・ きなこ 適宜 ・ 砂糖 きなこの半量～同量 ・ 塩 ひとつまみ

### 普通ごはんで作るおはぎの作り方

- ① ご飯に片栗粉と水をふり入れ、しゃもじでよく混ぜる。ラップしてレンジであつあつになるまで温める。鍋の場合は弱火にかけ蒸らす。
- ② しゃもじでモチモチ感が出るようによく混ぜる。すりこぎで軽く粒々をつぶす。
- ③ 粗熱が取れたら、手に水をつけ、10等分にし、丸める。
- ④ 【きなこ版】 きなこと砂糖と塩を器に混ぜておく。砂糖の

量はお好みで。

- ⑤ あんこ玉を丸める。1個10g。
- ⑥ 手に水をつけて、ご飯玉の真ん中を深くくぼませ、あんこ玉を入れる。周りのご飯で包む。きなこをよくまぶす。
- ⑦ 【あんこ版】 手を水で濡らし、あんこを手のひらに取り、うすく広げる。1個あたり50g。
- ⑧ ごはん玉を乗せてあんこを引っ張るようにして包み込む。裏側が足りなければあんこを足す。
- ⑨ 完成です！！

管理栄養士 鈴木真美

## 8月行事予定

・ すいか割り 8月11・12日（土・日） ・ ジャズ喫茶 8月24日（金）



【編集後記】 猛暑が続いています。皆様、体調はいかがでしょう？夏になるのが早かったので、秋が来るのも早いと思いきや、まだまだ続くそうです。暑さが続いている今、体に疲れが蓄積されています。頑張りすぎず、美味しいものを食べて、マイペースに過ごしたいものですね。 ウェ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ェストケアセンター

発行年月日 平成三十年八月八日

〒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/>

# ボランティアさん紹介

今回はボランティアで来てくださっている佐藤さん、渡辺さん、後藤さんを紹介したいと思います。

皆さんは数年前にボランティアで来て下さり、それ以来、食事の配膳や入浴後の整容等を手伝っていただいています。当初は、緊張もあったようですが、今では「利用者さんが声をかけてくれるのが



来てよかったと思える」との感想を頂きました。ちょっとした一場面でしたが、利用者さんも髪をドライヤーで乾かす合間にととてもにこやかにお話しされている様子でした。

私たちにとって地域の方との交流やボランティア活動は大切であり、新たな発見もあります。これからも長い付き合いをお願いしたいと思っています。

介護長 古園 斎晃

## <7月の3D作品は夏がテーマ！>

5階フロアでは、今年度から、フロアレクの1つとして「季節を感じる作品作り」を行っています。4月は桜、5月はこいのぼり、6月は藤の花・紫陽花。7月は夏をテーマに作品作りに取り組みました。

夏と言えば暑い！暑いと言えばうちわ！ということで、皆様と一緒に、うちわ作りに取り組みました。切り抜いた紙に、それぞれ“夏といえば…”というキーワードを毛筆で書いていただき、オリジナルのうちわが完成。野菜をカットして野菜の断面図をスタンプにして、花火のような演出をしました。今回も複雑な作業も取り入れてみましたが、たくさんの利用者様が参加して下さい、あっという間に完成しました。

きれいな物が大好きな、女性陣の感性の赴くままに、素敵な作品が出来ました。完成した作品はフロア内に展示していきますので、5階に見に来て下さいね！今後も季節を取り入れた、リアルでド派手な作品作りに取り組みしていきます。

5階 介護福祉士 水越 博子



# 夢フラッシュ報告 Vol. 6

## ちょっと江の島へ…



Tさんの印象は？というところ、施設の中でも文庫本を読む等して物静かな印象を受ける職員も多いと思います。ある日、スタッフが趣味の話を展開すると「昔はよくボートで釣りに行ったよ」と昔を懐かしむ様に話して下さいました。それならば！という事で釣りに行く事を提案し、意向を確認したうえで、企画しました。

「海に行くには車椅子で大変だから」・・・と、スタッフの事も気遣うコメントもありました。さすがにボートは用意できませんでしたが、海にだって釣



りに行ける事を本人にも理解してもらい、湘南江の島大堤防へと向かいました。

当日の暑さはありましたが、風通しも良く、磯の香りを感じながらの釣りを体験できました。サビキ釣りで釣り糸を垂らし、魚をおびき寄せるように餌を揺らし、竿を揺らす真剣な表情はまさに釣り師の顔でした。すると竿がピクピクっと！！糸を巻くと15センチ程の威勢良いサバが釣れました。やっぱり釣れると楽しい！と、Tさんにも笑みがこぼれました。



2時間ほど、釣りを楽しんだ後、帰りはもう一つ、希望だった「とんかつを食べたい」を叶えるため、ヒシかつ定食を召し上がり、施設へと戻ってきました。釣果は低かったですが、「本当に今日はありがとう。久しぶりに海に行けて良かった」とお言葉を頂き、スタッフにも充実した1日となりました。

介護長 古園 斎晃

