

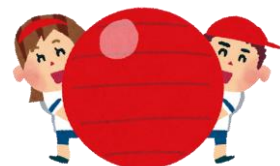


令和2年
12月号

「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。

♪フロアレクのご報告 (ミニ運動会)♪

★3階フロア★



3階は11月の行事として男女対抗ミニ運動会を行いました。まずは『玉入れ』袋の中へ玉をどんどん投げ入れます。「えい！よいしょ！」と狙いを定めて一所懸命に腕を上げていました。



次の競技は『ピンポン落とし』です。真ん中に穴の開いた箱の中のピンポン球を3つ落として、次の人へ回していきます。「最後の1つが落ちない！」とヤキモキしながらも上手にバランスをとっていました。



勝負の結果は3-2で女性チームの勝利でした！楽しみながら身体を動かし、声援を送り、楽しい時間を過ごす事ができました。

介護職員 野田 明子

★4階フロア★

今年はコロナ禍の中、大きな運動会が中止になりました。そこで4階ではフロアにてミニの運動会を実施しました。

種目は大玉送り、玉入れ、バトンリレーの3種。大玉送りでは紅白に分かれ大きなバランスボールを隣の人に渡します。いつも居眠りしている利用者様が目を輝かせていました。玉入れは紅白のお手玉をランドリーボックスの中に入れます。職員は玉に当たりながら拾いました。



おやつデコレーション (3階707)



3Fでは毎月一回「おやつ作りの日」として、利用者さんと一緒におやつの盛り付けなどを手伝ってもらったりして楽しんでいます。前回までに「たこ焼きパーティー」「どら焼きづくり」「かき氷づくり」などを行いました。



今回11月は「プリンアラモード作り」を行いました。イチゴ、マンゴー、生クリームが用意され、利用者さまはそれぞれ、プリンに好きなものを好きな量だけ盛り付けたのしんでいらっしやりおいしそうなおプリンアラモードが出来上がりました。普段なかなかお食事の進まない利用者様も、目を輝かせ召し上がっていらっしやるのが印象的でした。



次回は12月8日「忘年会・鍋パーティー」を行います。色々あった年でしたが、この日は皆で楽しんで、悪いこともウィルスも吹き飛ば

して、来年はいい年を迎えられるようにしたいです。

介護福祉士 浦野 玲子

12月行事

クリスマス会

- ・12月14日(月)
4階フロア・デイケア
- ・12月15日(火)
3階フロア・5階フロア



【編集後記】早いもので今年ももう少しで終わりですね。寒さもいちだんと厳しくなってきました。冬になると数年前に大雪が降り、朝になって外を見た時の衝撃を思い出します。そんな大雪はここ数年ありませんが、路面なども滑りやすくなる時期です。ドライバーの皆様、安全運転で行きましょう！ ウエストケアセンター広報委員会

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 令和二年十二月七日

〒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/>

栄養科とっておきレシピ

12月22日はショートケーキの日

カレンダー上では、22日の上には必ず15日があります。このことから、「22日は、いち（1）ご（5）がのった日」＝「ショートケーキの日」と、洋菓子店がPRしたことから広まったそうです。

日本では定番のショートケーキですが、他の国ではお目にかかれない、日本独自のケーキのようです。その由来には、いくつかの説があります。

ショート（short）とは英語で”短い”の他に”もろい”とか”サクサクした”といった意味があります。



日持ちがしないので短時間で食べないといけないからだとか、短時間で作ることが出来るからといった説、またはショートニングを使ってスポンジを作ったためという説や、ふわふわで崩れやすいからという説もあります。

アメリカのショートブレッド（バターたっぷりサクサクな焼菓子）がその原型で、ショートブレッドに生クリームやフルーツを添えたデザートを、やわらかいスポンジで日本人好みにアレンジしたものが広まった、という説が有力とも言われています。

今回はもうじきクリスマスにちなんで、ケーキレシピのご紹介です。



材料（4人分）

ホットケーキミックス
200g
卵 1個
牛乳 150ml
いちご 12個程度
バナナ 2本
生クリーム 100ml
グラニュー糖大さじ 1
粉糖（ノンウェットタイプ）
適宜
（シロップ）
・グラニュー糖大さじ 1
・湯大さじ 2

パンケーキで簡単クリスマスケーキ

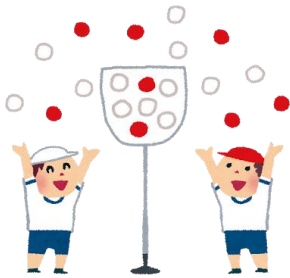
- ①器に湯とグラニュー糖を入れて溶かし、シロップを作ります。
- ②ボウルに卵を割り入れ、牛乳を加えて泡立て器で混ぜます。ホットケーキミックスを加え、なめらかになるまで混ぜます。
- ③フッ素樹脂加工のフライパンに②の生地を流し、周りがフツフツとしてきたらひっくり返して両面を焼きます。同様にして少しずつ大きさを変えながら、6～7枚焼きます。
- ④ボウルに生クリームとグラニュー糖を入れ、ボウルの底を氷水につけながら泡立て器でピンとツノが立つくらいまで泡立てます。
- ⑤いちごはヘタを取り、縦に3～4等分に切り、バナナはいちごの厚みに合わせて輪切りにします。
- ⑥パンケーキの両面にハケで①のシロップを塗ります。大きなパンケーキを一番下にして、いちごとバナナを並べ、絞り袋に入れた生クリームを絞ります。同様にして、ツリーのようにパンケーキを積み重ねていきます。仕上げに粉糖をふりかけます。



最後のリレーは車椅子を自操できる人が参加しました。バトンは帽子。最終走者はA棟の談話室まで往復です。白チームのAさんが速かったです。皆で大拍手。もちろん金メダルはAさんでした。

短い時間だったのですが、いつもと違う時間を過ごすことが出来ました。

介護福祉士 窪 ・ 八木下



★5階フロア★

11月の行事はレクリエーションとして行いました。5階では、玉入れを行いました。2チームでの対抗戦で白チーム、赤チームに分かれて利用者様には、玉を入れる箱を丸く囲う形になって行って頂きました。



皆様、一生懸命に玉を箱に投げて入れており、中には真剣な眼差しで取り組む利用者様もいて、とても楽しみながら笑顔で参加されていました。

介護職員 河野 亜里渚

