



節分行事★豆まき

今月の行事は節分です。

邪気を追い払い、1年無病息災を願うという意味が込められています。

邪気である鬼を払い、福を呼び込むということから「鬼は外！福は内！」の掛け声をかけながら豆をまく、豆まきが終わったら1年の厄除けを願いながら自分の年より1個多く豆を食べるとするのが一般的なものです。



ウエストケアセンターでは、各フロアで鬼に扮したスタッフ目掛けてカラーボールを投げます。フロア全体に「鬼は外！福は内！」の声が響き渡りました。今年も皆様が元気に過ごせますように🌸

介護福祉士 水越 博子



作品作り (5階707)

今月の5階創作活動は「鬼」です。
折り紙で扇を2つ作り貼り合わせて
鬼の顔を切って貼りました。
様々な鬼の表情が出来ました。



鬼の飾りはフロアに飾り
り食堂全体が賑やかになりました。
介護福祉士 水越 博子



作品作り (3階707)



3階フロアでは、創作活動として『リンゴ』を作りました。束ねた割りばしで枝を作り、丸めた新聞紙に赤い色紙を貼ってリンゴの形を作りました。

ツヤがあって、本物そっくり。とても美味しそうなるリンゴが出来上がり、参加した利用者様も食べるまねをするなど、とても楽しそうでした。

介護福祉士 吉村 優子

作品づくり(テイケア)

テイルームでは季節を感じていただけるよう壁面にさまざまな作品を貼っています。

2月は梅の木と鬼をイメージした作品を多数飾りました。

利用者様に手伝っていただき、こうしたら良くなるんじゃない?と提案頂き、より良い作品が出来上がりました。

春に向けての作品作りも開始しておりますので、楽しみにしてください! 介護福祉士 澁江 理咲



通所リハマネジメメント活動報告

デイケアにて、2月に調理訓練で中華まんづくりを行いました。その活動報告です。



vol.65

リハマネ活動レポート

第8弾 調理訓練

今回は、寒いこの時期にピッタリ！！「あんまん・角煮まん」です。

今回はホカホカ温か「あんまん・角煮まん」作りです。

まずは粉（強力粉・薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖）に水を入れ、程よい粘り気がでるまで捏ね、餡を包む生地を作りました。「よく捏ねた方がいいかな？」と立って一生懸命に生地を捏ねたり、「これはもう少し水を多くした方がいいんじゃないかな？」と工夫をしたりしながら生地を作り上げました。

続いて、餡（こしあん・角煮）を丸く伸ばした生地で包みます。「片手だと難しいなあ。ちょっと抑えてて！」と難しい所はスタッフと共同作業。角煮はこしあんに比べて崩れていくので、こぼれないように包むのが大変！片手ではなくても「ちょっと抑えてて！！」と共同作業。慣れない作業に苦労している方もいれば、パパッと包み上げてしまう方も…。なんだかんだ言いながら、無事に包み上げることができました。

ホカホカ温か「あんまん・角煮まん」はご自宅で食べて頂き、今回も「おいしかった！」「次は何？」と大好評で終わることが出来ました！

介護老人保健施設ウエストケアセンター 通所リハビリテーション



川口地区健康講座



2月21日（金）、川口事務所にて「川口地区健康講座」を開催しました。

今回は甘楽施設長による「アドバンス・ケア・プランニング～人生会議～」というタイトルの講演で、誰もがいつかは直面する終活についての話でした。死が目前になった時の身体の変化や、救急車で搬送されると搬送先でされる質問、またその際に家族が困ることなど具体的な話で皆様、熱心に聴講されていました。

後半はリハビリスタッフによる「コグニサイズ」を行いました。「コグニサイズ」とは運動と認知課題（計算やしりとりなど）を組み合わせた認知症予防を目的としたものです。私も一緒に参加しましたが、なかなか難しかったです。しかしながら、皆様、楽しそうに取り組んでいたのが印象的でした。



甘楽施設長の講義は毎回参加者の方々に「わかりやすい」と好評です。毎年、7月と10月か11月、2月の年3回開催しています。まだ参加したことが無い方は、ぜひ参加してみてください。

毎年、7月と10月か11月、2月の年3回開催しています。まだ参加したことが無い方は、ぜひ参加してみてください。

看護師 大庭 篤志



3月の行事は… ひな祭りイベント

各フロアで行いました♪ 来月ご報告いたします！

【編集後記】 暖かくなってまいりました。少しずつ、春が近づいています。それと同時に気になるのが花粉です。駐車していた車がうっすら、黄色くなっているのを見て、怖くなってしまいました💧花粉症の方は準備万端ですか？薬やマスク、メガネなど対策し、乗り切っていきましょう！！ 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 令和七年三月十日

〒192-0151 東京都八王子市上川町 2135

TEL:042(654)5511

Fax:042(654)7716

(ホームページ) <https://west-care.jp/>

(Instagram) <https://www.instagram.com/westcarecenter/>



WESTCARECENTER