

ほがらか

第60号

平成27年2月18日

ほなみだより

[発行元] 酒田市本楯字前田 127-2
[発行者] 医療法人 宏友会
グループホームほなみ
[問合せ] (0234) 91-7123

1月地域交流会

ピザ[◎]つくい



これが完成品です

"buono"

ホットプレートで作る簡単ピザ

材料 (6人分)	
小麦粉 (薄力粉)	150g
強力粉	200g
塩	大さじ1
とかしバター	大さじ2
温かい水	200cc
イースト	大さじ1
玉ねぎ	大1個
ピーマン	大3個
ソーセージ	12本
他、お好みの野菜	
ケチャップ	150g
チーズ (ピザ用)	200g

厚手のビニール袋に小麦粉・強力粉・塩・バター・温かい水・イーストを入れてよくこね、15分くらいねかせるのがポイントです。

詳しくはほなみまで。お気軽に遊びに来て下さいね。

○皆さんの声 ○
 「簡単だし、んめのー」
 「これあば家でも作ってみねばの」
 と大好評の様子でした。

ほなみでは地域の方々との物作りを通して交流する機会があります。今年度は笹巻きしそ巻き・うどん作りなどを一緒に作りながら楽しい時間を過ごしています。美味しそうなピザの広告を見て食べたことがないからぜひ食べてみたいとの入居者からの希望があり、昨年の十二月にうどん作りを企画し、手作りの麺が好評だったため、その生地作りの経験を活かしピザ作りを行いました。

作り方は簡単！ホットプレート一つで生地作りから食材を切り焼き上がりまで一時間程度でさくさくの本格的なピザが出来上がります。

(川崎 節子)

いまどきの認知症

(ほなみ職員による認知症コラム)

認知症になると記憶力や理解力が低下し、今の状況判断が困難になり、不安な気持ちになり混乱することがあります。

例えば「大変だね」という声掛けはやめて「やり甲斐あるね」「がんばってるね」と前向きな言葉を口にしてみましょう。脳には自分の言ったことを正当化する働きがあります。「つらい」

「大変」「苦しい」など後ろ向きな言葉をさけ、前向きな言葉を選び声掛けをすることで他人から認められることを感じる事ができ、結果、認知症の人の安心感やリラックスした気持ちに繋がる場合もあるのではないのでしょうか。

ケアする方にとっても介護している認知症の人が心身ともに落ちつくことが、ご自身のストレスの軽減に繋がってくと感じます。

(樋渡 紀美江)



親子の阿吽の呼吸です



似てる…かしら?

寒い中、誰も風邪をひくこともなく皆さん元気いっぱいです



新年チーム対抗運動会



そしてみんなで健康



書き初め



今年も健康で

ほなみ写真館



お知らせ

入居者が中心となり作成したこの傘福。あったかいご「第九回ギャラリープロジェクト」において審査員特別賞を受賞しました。

あるひのほなみ

朝食を済ませるとちようど朝の連続テレビ小説が始まります。長年の習慣として毎日楽しみにしている方もいる中、一人の入居者が「私が洗っとくから、ゆっくりテレビ観てて良いよ」とお互いに笑顔で触れ合う姿に、夜勤の疲れが癒され、気持ちの良い朝を迎える事が出来ました。

(古庄 市治)

編集後記

お正月も終わり、早くも二月。寒い時は体の動きが鈍くなるのは私だけでしょうか：？外では赤い南天の実を啄む鳥の音が賑やかで、「早く暖かくなあれ」と歌ってるようです。

(相澤 シゲ)