



# 四季の里だより



No.312 2025年4月号

介護老人保健施設 四季の里

新座市北野2-14-8

TEL 048-482-8008

https://www.shikinosato.jp/



## 3月行事の報告

2階では3/10(月)にお花見の行事で、桜の木の貼り絵を作成しました。事前に桜の木を作り張り付けるための花を皆さんで切っていただき、紙の上の桜の木に貼り付けました。花は100枚ほどありましたがすぐに無くなり満開となりました。「春だね」「明るい色ですね」との感想があり、楽しい時間が過ごせました。

2F



3F

3階では3/5(土)にボーリング大会を開催しました。久しぶりのスポーツイベントで皆さん大盛り上がりでした。笑顔が絶えずとても楽しい大会になりました。身体を動かすっていい事ですね。上位3名の方にはメダルを贈呈。職員お手製のメダルに大喜びしていただきました。次回ボーリング大会を開催するときは皆さんメダルを是非狙ってください。

4階では3/14(金)にひな祭り会を行いました。始めに職員からひな祭りの説明があり、その後皆様で“うれしいひな祭り”と“春よこい”を歌いました。「楽しいよね」と話しながら生き生きと歌っておりました。おやつはゼリーを食べ、笑顔いっぱいの記念写真を撮りました。

4F



## お楽しみ昼食会

今月は各階でお楽しみ昼食会を行いました。品目の多さや彩りの良さに、皆様大変喜んで召し上がられておりました。「どれから食べようか迷う」「見ていて楽しい、美味しい」と笑顔で話されていました。



## 桜について

暖かい日が増え、色とりどりの花が咲きそろう季節となりました。4月は桜が沢山咲きますが、日本には一体何種類の桜があるかご存じでしょうか？分類方法の違いもあり、正確には数え切れないそうですが、現在確認されているだけでも600種類以上あるそうです。色も沢山あり、珍しい種類ですと緑色の桜もあるそうです。桜は突然変異しやすく、挿し木等で増やしていくと新種が生まれる事が多いため、園芸人気も高いそうです。学校や川沿いなど、身近によく見かける桜ですが、お散歩をしながら見比べて見てはいかがでしょうか。

緑色の桜の写真



## 《3月 行事食メニュー》

ちらし寿司  
車茶巾の和風あんかけ  
菜の花のピーナッツ和え  
潮汁  
季節のフルーツ



## 新座の街

春は引っ越しのシーズンですが、四季の里がある新座市で新生活を始めた方も多くいらっしゃると思います。そんな新座市について調べてみました。

- ・子育てしやすい(医療費のサポートや、公園の数も多く、市内には三つの大学がある)
- ・地震に強い(地震による地盤沈下が起こる可能性が低い)



上記はごく一部ですが、イベントも多くくらまつりや牡丹祭り、新座めぐりなど春満開の新座市に遊びに出かけるのも楽しいと思います。

## 《5月のお知らせ》

★5/2(金) デイケアイベント食  
【喫茶店の“選べる”日替わりランチメニュー】  
・Aランチ:オムライス(オムライス・海老フライ)  
・Bランチ:ハンバーグ(ピラフ・ハンバーグ・海老フライ)  
・Cランチ:ナポリタン(ナポリタン・目玉焼き・海老フライ)  
・サイドメニュー:シーザーサラダ・コーンポタージュ・クリームソーダゼリー

お楽しみに♪



★5/29(木)全国味めぐり【広島】  
・尾道ラーメン ・レモン餃子 ・わけぎのぬた ・オレンジ

### ❖尾道ラーメンの歴史

尾道ラーメンは80年以上の歴史をもつと言われ、昭和3年頃、中国福建省の張氏が露店でチャルメラを吹きながら、“支那そば”として売り歩いていたのが「尾道ラーメン」の始まりです

### ❖わけぎ

尾道は全国1位の生産量を誇ります。カルシウム、鉄などのミネラルやビタミンA、B2、Cの他、硫化アリルが含まれ、食欲増進や風邪予防などの効果があります。

### ❖広島県は日本一さわやか！？

広島県は国産レモンの生産量が全国1位！“広島県といえば、レモン！”というさわやかなイメージが定着し、広島県のブランドイメージの向上に大きく役立っています。レモン以外のオレンジ等柑橘類の収穫量も全国で上位を占めています。

## ご相談ください

介護老人保健施設「四季の里」は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

- \* 入所
- \* 短期入所
- \* 通所リハビリテーション
- \* 訪問リハビリテーション

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。

TEL 048-482-8008 四季の里

## デイケア通信～風船バレーボール大会～

3/22(土)に、1年ぶりに“風船バレーボール大会”を実施しました。ピンク・青・黄色・赤の4チームで、トーナメント方式で試合を行いました。白熱した試合が続き、職員、ご利用者様が一生懸命風船バレーボールに集中し、「頑張れ」「打って」等大声を出して、笑顔がいっぱいみられました。黄色チームが優勝し、職員手作りのメダルを贈呈しました。試合後、皆さん楽しかったので、「またやりたい」と言われていました。

