

# デイサービスセンターみほた

～おやつ作り～  
チョコムース  
タルト



壁飾り手作業  
「朝顔を咲かせよう」



春から初夏に飾る壁画  
を制作中です。皆さん、  
楽しく取り組んでおり  
ます。



2月1日は、節分の豆まきを行いました。「鬼は外!」「福は内!」と力強く掛け声をかけ、無病息災を願いながら鬼退治をしました!! また、今年の年男年女のお二人が、福が訪れるように正面玄関や事務所にも豆を撒いて下さいました。これからも、皆様が元気にデイサービスへ通えますよう心から願っております。サプライズで『立春おみくじ』も行いました(^\_^)

## 学習療法だより

当デイサービスセンターは『公文学習療法』を長年取り入れております。内容は、「読み書き」「計算」「すうじ盤」「コミュニケーション」を実践しています。なぜ、読み書き・計算が脳のトレーニングに良いのでしょうか?そのカギとなるのが、「作動記憶(ワーキングメモリー)」です。作動記憶とは、例えば電話をかけるときに一旦番号を覚えておく、人の言ったことを覚えてメモを取る、といった場面で使われる記憶力です。人が何か行おうとするとき必ず必要となる記憶力で、その行動が終われば忘れてしまうという一時的な記憶です。この作動記憶のトレーニングをすると、多くの情報を頭に入れてスムーズに物事に対処することができるようになったり、それ以外にも様々な能力が伸びることが確かめられています。読み書き・計算は誰でも取り組める作動記憶のトレーニングとして最適なのです。

公文学習療法に関心がある方は、お試しもできます。気軽にスタッフへお声掛けください。

# さくらの里通信

特別養護老人ホームみほた  
デイサービスセンターみほた

〒963-0123  
福島県郡山市三穂田町鍋山字前原250-2  
【ホームページURL】<https://tarukawa-f.jp>  
【編集・発行】社会福祉法人たらかわ福祉会



2025



ヨーグルツペで味わったことがない「サワーメロン風味」をスタッフより頂きました。おいしかったあ 生産地宮崎県です。新感覚と発見って楽しいですね (p-)

3月入り雪の重さにビックリしましたね。雪かきを頑張った皆様ご苦労様でした。佐藤の輝かしい時期の筋肉は、今では下降の一步をたどるチビカこぶに。膝は昔の後遺症なのか近年痛みが増しております。遡ること、息子が小学1年の親子マラソンに出場するため、2週間前から朝のジョギングを開始。大会では多少走れると思いきや周りの速さに圧倒されました。トップ集団では、子供が宙に浮くくらい親に引っ張られ足を動かすのです。我が家は、親の威厳など無く、子供に最後は手を引っ張ってもらいながらゴールしました。その時に最初の膝、股関節痛が出現。マラソン経験者からは「普段筋肉を使った運動していない人は、走るより歩くことから始める事。走りが先だから膝にきてしまう!!」と。そこから年々ギシギシ音が増すように…。昨年末、同い年で膝痛に悩む子に「初売りに買った一万円のエアロバイクを漕ぐようになったら、膝の動きが良くなり、油が循環しているみたいな気持ちになる。腰回りも気のせいとか締まったの。同じ年で膝の動きの改善とお腹の浮き輪を取るにはエアロバイク買うしかない!!」と話され、私も購入を決め元旦に広告確認するとありました「1万円エアロバイク」即座に購入しました。週5~6回、一日30分、平均距離13km漕いでいます。すると膝のギシギシはなくなり、動きも良くなった気がしています。体重はもう少し長い時間漕がないと減少しないかもしれないので、あとは気長に頑張ります

生活相談員 佐藤美智代

【個人情報の取り扱いについて】  
当施設では「個人情報に関する基本指針」に準じ「個人情報取得及び利用について」「当施設における個人情報の利用目的」「入所者・利用者の皆様の写真の掲載」とおりの適切に個人情報の取り扱い秘密保持を厳守致します。

## 《面会について》

感染症予防の為、面会を制限させていただいておりましたが、**4月1日**より居室での面会を再開させていただきます。尚、お願い事項もありますので以下の内容をご確認の上、今まで通り、1週間前までに予約をしていただき、ご来所頂きたいと思っております。ご理解の程よろしくお願いたします。



- ①面会予約制：1家族週1回（予約を1週間前までにお願いします）
- ②面会時間：AM10時~12時、PM14時~16時の間で20分間
- ③感染対策：サージカルマスク着用



# 特別養護老人ホームみほた



手作りおやつ

## チョコレートプリン



MIHOTA STUDIO



職員手作りのチョコレートプリン🍰をおやつ時間に頂きました。生クリームもあって「甘くて美味しい(▽)/」と大絶賛でした・☆多  
チョコプレート「おじいちゃん」と「おばあちゃん」の絵柄は、管理栄養士の石川さんが自作で作成したものです。あまりの出来栄に感動です👏👏



2月の誕生日の方は4名でした🎂🎉  
プレゼント📺は壁掛け時計🕒です。  
おやつにはイチゴのショートケーキ🍰  
でお祝いして楽しい誕生日会になりました👏👏

## 雪だるま作り

大雪が降ったある日、職員が中庭に雪だるま❄️作りしました。出来上がった雪だるまを見て「かわいいね」と喜ばれていました👏👏👏



## みほた情報板

今月のデイサービスとショートステイの空き状況は下記の通りです！ご利用希望の際は、ケアマネ様又は担当SW：佐藤美智代へご相談ください！

(R7.3.10現在)

デイサービス 定員：18名/日					
月	火	水	木	金	土
○	△	△	△	○	○
ショートステイ 部屋：6床					
	R7.3		R7.4		
男性	×		×		
女性	×		×		

### 【空き状況】

- ⇒空きあり
- △⇒やや空きあり
- ×⇒空きなし

★ デイサービスでは『無料お試し体験』を随時受付けております。

● 空き状況の詳細は、当施設ホームページにて「毎週金曜日」に更新しております。お電話でも確認できますので、お気軽にご相談下さい。