ともえ通信

第454号
令和８年２月1日発行
発行
ともえ学園

門松の前で(レインボー)

1月の様子

懐かしのCM鑑賞中（トライアングル）

お正月　鏡開き（はなまる）

2月の予定

4日　お楽しみ会(はなまる)
6日　お楽しみ会(トライアングル)
7日　書道クラブ
9日　お楽しみ会(レインボー)
10日　グラウンド･ゴルフ
19日　フラワークラブ
24日　カフェの日
25日　慰労会(トライアングル)
28日　お楽しみ間食(はなまる)
　　お楽しみ間食(レインボー)

目次

１ページ…１月の様子・２月の予定
２ページ…レインボーグループの出来事・とんど
３ページ…はなまるグループの出来事・栄養課便り
４ページ…トライアングルグループの出来事・編集後記

レインボーグループ

【初詣】

１月15日（木）出雲大社備後分院へ初詣に行ってきました。
レインボーグループを代表して５名の方が参拝され、バスの車内からも、皆さんが今年一年元気に過ごせるようにと心を込めてお祈りをされていました。
皆さまがこの一年、健康で楽しく過ごされますように願っております。（見土）

【お楽しみ外出】

１月20日（火）２名の方が里山の駅、庄原ふらりへ出掛けられました。
当日は気温が低くく、午後でも４℃と寒い日でした。
コンビニで肉まんと好きなお菓子、飲み物をご自分で選ばれ、庄原ふらりへ向かいました。しかし、風が強かったので車へ移動し、車内で飲食していただきました。その後も雪が降り始めたため三次市内をぐるりとドライブして帰園しました。（二井見）

『とんど』

１月14日（水）にとんどを行いました。感染症の影響で小規模での開催としました。年男の利用者さんに点火をしていただきました。燃えるとんどを見ながら今年一年の無病息災・五穀豊穣と来年は大きなとんどを組み、皆さん揃って参加ができますようにと全員で祈りました。午後の間食では栄養課手作りの白玉団子入りぜんざいを食べていただきました。（藤本）

はなまるグループ

【新年会】

１月13日（火）新年会を実施しました。宴会と初詣の二部構成。昼食はすき家の「牛すき鍋定食」あつあつで豪華な食事をみんなさん食べられました初詣は、市内の鷲神社へ出掛けられました。健康・成長・ご縁など、本年がより良い年になるよう祈願をしました。今年のはなまるの抱負は「健康第一」傷病なく楽しく過ごせるように、利用者さん、職員共頑張っていきたいと思います。　（渡邊）

【お楽しみ外出】

１月６日（火）３名の利用者さんがお楽しみ外出へ出掛けられました。

事前に行きたい場所（ダイソーと文房具店）と買いたい物を考えて外出に向かわれました。店内では持参したメモを見ながら買い物を楽しまれていました。間食は楽しみにされていたハンバーガーを購入され、感染対策のため学園の活動センターの宿泊室でゆっくりと食べていただきました。２店舗を巡るハードな外出でしたが、皆さんしっかりと買い物を楽しまれていました。（圓藤）

栄養課便り　台湾スィーツ～豆花（トウファ）～

豆花（トウファ）は、台湾をはじめ中国や香港、ベトナムなどで親しまれている伝統的なスイーツです。日本でも専門店が登場したり、カフェのメニューに取り入れられたりして注目を集めています。タピオカや好みのフルーツをのせてもより一層美味しく食べる事ができます。（本藤）

【材料４人分】

豆乳	350ｃｃ
粉ゼラチン	５ｇ
水	20ｃｃ
砂糖	大さじ２
＊黒蜜シロップ	
黒糖	大さじ４
砂糖	大さじ３
水	200ｃｃ

【作り方】

①粉ゼラチンを20ｃｃの水でふやかしておく。

②鍋で豆乳をわかし砂糖を煮溶かす。火をとめ①を加える。

③バットにいれ冷やし固める。

④黒蜜シロップを作る。鍋に材料をいれ砂糖類がとけたら冷蔵庫で冷やす。

⑤大きめのスプーンですくって器に盛り付け黒蜜シロップをかける。

トライアングルグループ

【書初め】

１月２日（金）書初めに取り組まれ、「正月」や、ご自分の好きな言葉等を思い思いに書いておられました。今年のトライアングルグループは「毎日一度は笑うことで心の健康を保ち、ポジティブな気持ちで過ごすことの大切さを意味する」として「一日一笑」を目標としました。利用者、職員共に一年間楽しく元気に過ごしていきたいと思います。（菅原）

【シーツ交換】

ともえ学園では毎週、自室のシーツ交換を行っておられます。定期的にシーツを交換する事で衛生状態を保ち、利用者の方に健康的に生活していただくためです。このシーツ交換は、ご自身でされる方もいて、個別の取り組みになっている方もおられます。学園で衛生的な生活していただくための欠かせない日課の一つです。（掛川）

編集後記

寒い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか。まだ冷たい風が吹く中、日だまりの温かさが心地よく感じられるようになりました。我が家では寒い日は子供と一緒に外でも室内でも出来る運動やちょっとした筋トレを行ってます。

ともえ学園でも天気が良い日は学園周のウォーキングと皆さんと一緒に体力作りが出来たらと思います。まだまだ寒い日が続きますが寒さに負けず、明るい気持ちで元気に２月を過ごせたらと思います。（竹間）