

## 今月のいけだの里

### 三色ミルクプリン

日に日に暖かい日も増え、段々と春めいてきましたね。いけだの里では入居者様に春を感じていただこうと、管理栄養士を中心に春らしい色鮮やかなプリンを作りました。お茶の時間に入居者様へ提供すると、「綺麗な色だね」「春らしいね」といった言葉が聞かれ、大変喜ばれていました。

桜の開花宣言が出されています。次は、お花見をしながらおいしいものを食べましょうね。(廣瀬)



## 今月のまいほーむいけだ

### 梅の花見学へ

3月に入ってから気温が20℃近く上がる日もあり、一気に春の訪れを感じます。

まいほーむいけだでは梅の花の見学に行きました。近年は暖冬の傾向にあり、梅の花の開花時期も年々早まっているように感じます。白やピンク、紅色など様々な色の梅を見ると『いよいよ春が来たな』と感じますね。梅の花と桜の花は一部見頃の時期が重なります。梅は花の形が丸く、1節につき1つしか花をつけませんが、桜は花がハート型の形をしていて、1節に多くの花を咲かせるという見分けるポイントがあるようです。お花見に出掛けた際には是非参考にしてみてください。(名取)



## 久々のミールラウンド紹介

「食事に時間がかかるようになった。」「食べこぼすようになった。」「飲み込みにくくなった。」「むせるようになった。」こんな事ってあるあるではありませんか？

いけだセンターでは月に1度、共立歯科センターの医師・歯科衛生士にお越しいただき、特養やまいほーむを利用されている方たちの相談に乗っていただいています。今回も、退院して間もない胃妻の方が経口摂取を再チャレンジできないか相談に乗っていただきました。「まずは唾液が十分にできるように口腔ケアから行きましょう」と指導していただき、早速ケア計画に組み込みました。「家ではなかなか食べてくれないんです」という方は、ご家族と一緒に検討しました。『食べる』という事は栄養を摂るだけではなく豊かな生活のために欠かせないものです。食べる機能は喋る力にも通じています。コロナ禍でだれかと話す機会が少なくなり、食べる力が低くなっていませんか？気になる方はどうぞご相談ください。(花輪)



▶実際のミールラウンドの様子です。

## ジャガイモ植え会

3月4日(土)にいけだファームで、いけちゃん家こどもプロジェクト「ジャガイモ植え会」を開催しました。友和会の皆様にレクチャーをしていただき、10名の子どもたちが初めてのジャガイモ植えを体験しました。友和会・いけだ職員・子どもたちの多世代交流ができて非常に良い機会になったと思います。友和会の皆様、ご協力いただき誠にありがとうございました。

ジャガイモ植えを終えた後は、フィンランドのスポーツ「モルック」で体を動かしました。モルックとはチーム戦で、木製の棒を投げて木製のピンを倒して点数を競うものです。子どもたちが自分たちで作戦を考えて、お互いに協力合っている姿を見ることができてとても微笑ましく感じました。

6月頃にジャガイモ収穫祭の開催を予定しています。今回植えたジャガイモの成長がとても楽しみです。



## いけだブログ紹介

いけだセンターといけだの里では、<いけだセンター> <いけだの里> 毎月さまざまな内容のブログを更新しています！右のQRコードからブログを見ることができます。ぜひ、ご覧ください♪







# オレンジカフェいけだ ニュースレター



2月25日（土）のオレンジカフェのようす

今回は「健康体操」と「ハーバリウム」を行いました。

健康体操では社会福祉士の職員が講師となり腕回しや指回し体操の他、童謡『春が来た』を皆で合唱しながらリズムに合わせて足踏みを行いました。

ハーバリウムは昨年も人気でしたが今回も大盛況でした。「Lea」の堀口先生を講師としてお招きしました。まずは好きな花材を選び専用のピンセットで瓶に入れる作業をしました。次に瓶にハーバルオイルを流し入れ、空気が抜けたところで蓋をしてリボンをつけて完成です。参加者の皆さんは学生ボランティアや職員と楽しく談笑しながらリラックスして作業されていました。

「どこに飾りますか？」と尋ねると「玄関に飾る」「お嫁さんの誕生日プレゼントに」などの声が聞かれました。「センスがないけどやってみると楽しかった！」という感想も頂きました。堀口先生からは「どこに飾っても綺麗ですが、日に当てすぎない方が長持ちする」というアドバイスを頂きました。

コロナが落ち着いてきたところで「みんなでお菓子を作って食べたい」という声もありました。来年度の内容は検討中ですが、参加者の要望も聞きながら引き続きコロナ禍でも出来る活動を取り組み、地域の憩いの場を提供していきたいです。



## 🍷 次回のオレンジカフェ 🍷

3月25日（土）…音楽鑑賞

※4月以降のオレンジカフェは日程調整中です

送迎をご希望の方は、当法人の職員が送迎いたします。健康体操や体験企画のほか、認知症や健康など日々のお困りごとに関するご相談も当法人の専門職員が伺います。

参加をご希望の方やオレンジカフェに興味のある方は、下記までお気軽にご連絡ください♪

特別養護老人ホームいけだの里  
甲府市下飯田 1-2-17 ☎055-236-3500  
担当：太田

## 感染予防対策に関しまして

オレンジカフェいけだでは、会場の換気・消毒と、担当職員の検温・手指消毒・マスク着用を徹底いたしております。

また、お越しになる方につきましても、入場前に検温と手指消毒をお願いいたしております。マスク着用と併せてご協力をお願いいたします。

なお、オレンジカフェの参加・送迎のご希望を事前にご連絡いただいても当日、体調が悪い方や発熱がある方につきましては、参加をお断りする場合がございます。

ご理解・ご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

