



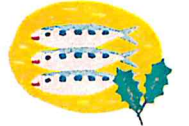
〒726-0003
府中市元町271番地1
TEL: 0847-40-0066
FAX: 0847-40-0067
運営主体 有限会社アドバンス



元町ふれあいセンター



通所介護・短期入所・訪問介護・居宅介護支援



地域に根付いた介護を目指し、在宅介護を支える総合的な高齢者介護施設です。

初詣

一宮さんに初詣



1月4日、5日、7日、8日、9日と新市の一宮さんに初詣に行きました。天気もよく、みんな



お参りに行ったご利用者は「初めて一宮さんに行ったよかったです。いっばいお参りした。」と喜ばれていました。

鍋シーズン到来!

五種類の鍋に舌鼓

鍋シーズン到来!ということで、今月は5回ほど昼食時にいろいろな鍋料理を提供しました。牛肉ピリ辛鍋、白味噌ちゃんこ鍋、塩ちゃんこ鍋等、どれも村上市長おすすめの自慢



の鍋で味は保障つき。みんな、ふうふう言いながら、あったか鍋に舌鼓をうちました。特に白味噌の鍋はめずらしく、「白味噌の鍋は初めて食べた。今度家でも作って食べたい」と喜ばれていました。



元東第一すこやかサロン

1月12日、元町公民館で元東第一すこやかサロンの皆様と一緒に、転倒予防について講義、実演を行いました。まず、転倒の原因をみんなで考え、「足があらなくなつた」「目が見えにくくなつて障害物が見えづらくなつた」等、あげられました。その予防の



為、下肢の筋力をつける、バランス能力の改善をする、関節の動きを良くする、筋肉の柔軟性を保つ、等の運動を10種類ほど行いました。参加された方は「体が軽くなつた」と喜ばれていました。最後に当センターの奥野センター長が得意な手品をいくつか披露し、1時間ほどの時間があっという間に過ぎました。次回は認知症の講演をする予定となっています。

ねぎ焼作り

テイサービスのおやつつく

1月21日(月)〜25日(金)、テイサービスのおやつ作りで「ねぎ焼」を作りました。お好み焼き粉を水と玉子で溶いて刻んだ紅生姜に、キャベツ、ねぎをたっぷり入れてこ



「まだ早いかな」もうちょっとこんがりした方がいいかな」と言いながら、上手にひっくり返していきま

ホームベーカリーで

栗入りあんぱん

1月26日(土)、あんぱん作りをしました。ホームベーカリーで生地から手作り。あんこには栗の甘露煮を刻んで入れまし



た。あんこを包むのが結構難しい。はみ出たり、包めなかつたり。「昔、よくもちであんこを包んでたから」と上手に包むご利用者も。こんがり焼き上がったあんぱんを、「おいしい。あんこたっぷり入ってる」と皆さん笑顔で食べていました。

ビンゴ・カラオケ大会

1月30日、カラオケ大会とビンゴ大会を行いました。「津軽海峡冬景色」などみなさん得意の歌を披露してくださいました。その後ビンゴ大会。たくさんの商品を目



2月テイサービス行事予定

- 2/1(金)、2(土)、4(月)・・・節分行事
- 2/11(月)・・・第7回ファンタジーポケット定期公演
- 2/13(水)〜16(土)・・・バレンタインおやつ作り
- 2/19(火)・・・もちつき・和光園児来所

予定日
2/7(木)
2/15(金)
2/18(月)
2/26(火)

整体師による
無料マッサージサービス

テイサービス無料体験利用受付中
0847-40-0066まで