



あったかふれあいセンター 北郷だより

平成 31 年 2 月号

あったかふれあいセンター北郷

黒潮町加持川 850 番地

090-2783-4327 (文責:宮川)

まだまだ 冬の名残はありますが、暦の上では春の月になりました。昼間は暖かく梅の花も咲き始め、春を感じる日もありますが、朝晩の冷え込みはまだまだ厳しく、一年中で一番寒い時期でもあります。本格的な春の訪れが待ちどおしいですね。

今年の目標



毎年恒例の今年の目標を利用者の皆さんにお聞きしました。「ケガをしない」「病気になるように気を付ける」という健康に関する目標が多い中、「畑仕事を続ける」「カラオケを楽しむ」という目標もありました。みなさんの目標は絵馬に書いて飾ります。それぞれの目標に向かって、今年も共に頑張りましょう。



北郷の畑に植えている小松菜・ラデッシュの抜き菜を選別して昼食の一品で登場しました。



2月3日は節分

恵方に向けて太巻きを無言で食べると縁起がいいとか…
今年の恵方は「東北東」
やや東方面です。

スタッフのつぶやき…

最近、利用者さん同士の支え合いの場面が見られて、うれしいなあ

こんにゃく作り

北郷地域は名人の宝庫です。そのうちの一人としてこんにゃく作りの名人に手ほどきを受けて昨年暮れに地域の方と利用者さんとでこんにゃくを作りました。きりきり歯ごたえののいい美味しいこんにゃくができました。今年の暮れにも、また作りたいですね！



2月の主な予定

- 13日(水) ハグハグモーニング(加持)
- 14日(木) DVD鑑賞
- 19日(火) 音楽療法(午前) 薬剤師さんの健康相談(午後)
- 21日(木) 防災学習(午前) 小原先生による健康相談(午後)

