



# あゆみ

ルーエハイム デイ通信

平成23年 11月発行

第 28 号

社会福祉法人 博愛会  
デイサービスセンター ルーエハイム



そろそろ木枯らしの吹きはじめる季節となってまいりました。確実に冬めき、本格的な冬に向かっています。風邪を引いたり、体調を崩しやすい時期ですので十分な睡眠、そしてバランスの取れた食事で体調管理に気をつけていきましょう。

元気にデイサービスに通っていただいているご利用者さまのご様子を今月もお届けいたします。

## \* 月に1度おやつ作りをしています \* 10月22日(月) スイートポテト作り

秋においしい“さつまいも”を使って、まるめるスイートポテト作りに挑戦しました。さつまいもは カロチン、ビタミン C、食物繊維等の栄養素をたくさん含んだ、高機能・低カロリーの非常に有効な野菜です。

さつまいもは皆さん大好きなようで、おいしく出来上がったスイートポテトを食べながら、「家でも作りたいわぁ」とお話されてみえました。

またぜひ来年も挑戦しましょうね



## \* 毎月10日はトモの日! \* 11月10日(木) 'がんばれ東北!!メニュー'

鮭ご飯  
よしゃれ鶏ねぎ南蛮  
昆布豆  
筍と茄子の和え物  
柳ぱっと



かぼちゃ大福

### 一口メモ

聞きなれない“柳ぱっと”。柳ぱっととは岩手県北部のそばを使った郷土料理で、きのこや野菜がたくさん入った汁に、柳の葉の形に切ったそばを加えた主食になる汁物のことを言います。

具がたくさん入った“柳ぱっと”は冬期間の栄養源として、また体の温まるお汁として手軽に作られています。

サービス利用・デイ通信へのお問い合わせは

〒510-0266 鈴鹿市長法寺町字権現 763

059-372-3811(代) fax 059-372-3814

E-mail [ruheheim@circus.ocn.ne.jp](mailto:ruheheim@circus.ocn.ne.jp)

ホームページ <http://www.ruheheim.com>



ホームページ スタッフブログの“ルーエハイム通い”では、デイサービスセンターの行事等を紹介しています。



## \* ボランティアさんが来てくれました \*



11月5日「フラウマーラマ」の皆さま  
フラダンスをご披露していただきました。

利用者さまの中には、踊りに合わせて手拍子をされたり、曲に合わせて口ずさんでみえる方もみえ、  
楽しまれている様子でした。

ボランティアの皆さま、ありがとうございました。またのお越しを心からお待ちしております



11月7日「華音 (KANON)」の皆さま  
文化箏をご披露していただきました。

## デイサービスセンターでは音楽療法を行なっています(週1回隔週の水・金曜日)

### 紅葉

11月に入ると紅葉が色付いてきますね。

今月は“紅葉”の歌で、少しずつメロディーをずらしながら2人以上で歌う「輪唱」に挑戦!

二つのグループに分かれ、二部輪唱をしました。

お隣のグループにつられまいといつもより大きな声で、上手くメロディーの追いかけてことができました。

(途中、遅れを取ってしまい、三部輪唱になった場面もありましたが...(^^;)) 歌い終わった後には、大きな拍手が起きました。



by 音楽療法士 A・K

## デイサービスから

デイサービスでは日曜日以外、月曜日から土曜日まで(祝日も)、毎日送迎の車を走らせています。  
鈴鹿・亀山・津にお住まいの方で西は安知本町、山下町、北は太森町、岡田町、東は磯山町、そして南は芸濃町、河芸町までをおおよその範囲として、お迎え・お送りをさせていただいています。

この範囲以外にお住まいの方でもどうぞお気軽にお問い合わせ下さい。可能な限り、ご要望に応じさせていただきます。お問い合わせは、ご本人様でもご家族様でも結構です。お待ちしております。

デイサービスセンター ルーエハイム 担当 <sup>な</sup>那 <sup>す</sup>須

電話番号 059-372-3811(代)