



佐倉ふるさと広場に  
行ってきました!

## ときわの杜の設備紹介

健康管理の上で、室内環境を整えることはとても大きな意味を持ちます。代表的なものは気温ですが、それと同じくらいに体に影響を及ぼす要素が湿度です！特に冬は空気が乾燥するため低くなりやすく、湿度が低くなると主だった菌が活動しやすい状態となる上に、人の喉や鼻の粘膜も乾燥し、本来の防御機能を発揮しにくくなります。

例えばインフルエンザの菌自体は気温20度以下、湿度20%程度の環境をもっとも好みますが、同じ気温でも湿度50%になると途端に生存しにくい状態になります。つまり気温と共に湿度の管理もとても重要なものなのです！

しかし湿度の管理はなかなか難しいです。特に施設などの大きなフロアは一般的な加湿器を使っても高い湿度を維持しにくく、ユニットフロアのみ湿度を上げておいても、廊下などが同じように管理されていないと人の出入りですぐに下がってしまいます。

そんな諸々の問題を克服するべく、ときわの杜では全自動で施設全体の湿度を調整してくれる「モイストプロセッサ」を導入しております。この装置のおかげで、施設内の湿度は常に高く保たれているのです。

そのため真冬でも施設内の窓には結露が出ているほどです。快適な室内環境とは、病気の心配が減るといふ体の心配だけでなく、穏やかに過ごせるという心にも良い環境です。

今後とも「モイストプロセッサ」を使用するとともに、入居者様や利用者様にとって健康で心穏やかに過ごせる環境作りに努めてまいります。



## 杜のキッチン

3月はひな祭り行事食で てまり寿司を握りました  
寿司には蒸しエビ、かき揚げにはむきエビと桜エビで  
エビ尽くしの豪華な食事になりました



**次回5月** 端午の節句ではかつおのたたきを  
提供する予定です お楽しみに！



## 3時のおやつ

甘さは上白糖と同じですがカロリーが1/2の砂糖  
と、野菜を使用した健康的なおやつも作っています  
他にも杏仁豆腐や焼きりんごなど手作りがほとんどです



小豆を煮てから作る  
あずき蒸しパン



野菜の色がそのままの  
ほうれん草ケーキ

スイートポテト

## 2016年 6月オープン もりのカフェ

ご家族や地域のみなさまに、施設についてもっとよく知ってもらいたいという思いからスタート。



2017年度は、ご家族と職員、あるいはご家族同士の交流の場としても活動を予定しております。お茶と軽食と共に、和やかな時間を過ごしていただきます。ふるってご参加ください。



# 餅つき大会

1月21日・22日・24日の3日間にわたり、各ユニット、デイサービス合同の餅つき大会を行いました！  
今年1年の景気を良くしようと『よいしょ』の掛け声とともに、お餅を勢いよくつきました！  
終わった後はお汁粉を召し上がり、みなさん良い笑顔でした！



『鬼は～外！福は～内！』  
ユニット毎に職員が仮装して鬼役をやったり、鬼のオブジェを作ったりと個性が光る節分となりました！



# 節分



# お誕生日会



皆様のますますの活躍と健康を祈って、毎月、その月のお誕生日の方に職員からのメッセージやプレゼントを渡しています！  
お返しに素敵な笑顔をありがとうございます！



ユニット若葉で昼食に焼きそばを作りました！ホットプレートで目の前で出来る焼きそばの香りに食欲も上がります！



# 焼きそば作り



# どら焼きづくり



ユニット大地でどら焼き作りを行いました！いい焼き色がついたところで、生地をひっくり返して自分の好みの量の餡を挟んでいただきま～す！男性入居者さまも、華やかな手つきで生地を返していました！  
召し上がった皆さんから「おいしい」との声をたくさんいただきました。



# 桜餅づくり

ユニット若葉では、道明寺粉を使用して桜餅を作りました。材料からこだわり、皆さまに餡を包んで頂きました。「できた！」「ちょっと崩れてる...」等の声もあり、笑顔も真剣な様子もたくさんうかがえました！！



これがいかな、これはどうかな、と、美味しそうな真っ赤なイチゴを選んで食べている姿に、私たちも自然と笑顔がこぼれました！  
「また行きたいね」とのことで、満足して頂けたようで良かったで

# いちご狩り



イチゴ狩り

