



まんまる

デイサービスセンター まる～な
〒939-8137 富山県富山市開発223
Tel.076-429-3256 FAX 076-429-3357
ヘルパーステーション まる～な
〒939-8136 富山県富山市月見町4-42
Tel.076-429-5740 FAX 076-429-5771

＜4月の様子 急がなきゃ！桜はすぐに散っちゃう！月間＞

お花見ドライブ



レク食(福井)



たません作り



誕生日です！嬉しい！



同い年です！元気で！



最後の **エンジョイ Music**

4月は春にちなんだ曲で体を動かし楽器を演奏します職員もいきなりのハンドベル演奏利用者さんの夢だった弾き語りから始まった今回は、なんと最後のエンジョイミュージック！「春の小川」「チューリップ」富山といえば春の四重奏お決まりの「愛は勝つ」で盛り上がり楽しい時間を過ごしました。

4月のテーマは『春爛漫！花も次々と咲き新緑が心地よい季節を音楽で感じましょう！』♪さあ、一緒に鳴らそうよきれいな響きが広がります

夢だった引き語り！マリーゴールド♪

職員も愛は勝つ！

これが最後のエンジョイミュージック！楽しむぞ！！楽しまなきゃ！！

栄養こぼなし あたたかい食事を生協10の基本ケア

陽性食材

- 寒い地方で育つもの.....りんご・鮭
- 地下で育つもの.....大根・人参・ごぼう
- 発酵しているもの.....味噌・納豆・チーズ
- 濃い色の食べ物.....海藻・かぼちゃ
- ナトリウムの多いもの.....うめぼし

体内の内側から温める食べ物をご紹介します

NEWS **輝かみいいのに行ってきたよ！**

まだ離れ離れになって、そんなに時間もたっていないのにこんなにも懐かしいのか！と言わんばかりに泣いている利用者さんもいらっしゃいました。新しい建物は気持ちよく、敷地も広い解放感もありました。つい長居しちゃった(笑)

久しぶりに会ったね！うれしくて泣いちゃう！

今月は生協10の基本ケアはお休みです。

ウチの厨房さん **福井開通 おめでとう御膳**

鶏肉のみそ炒め、あっさり漬け、福井のソウルフード、おろしそば、水ようかん、ソースカツどん、サハの味噌漬け焼き

祝！北陸新幹線延伸！金沢～敦賀

朝早く畑に向かう車中で落語家のラジオを聞いています。「ふーんこれが笑点に入った人ね」と独り言を言い、朝食のパンと牛乳たっぷりのアイスコーヒーを交互に口に運び、まったく朝から日差しがひどく強いもんだから太陽を睨んで「少しは曇れや…」などと憎まれ口を叩き、普段塗らない日焼け止めを塗りながら運転しているのです。畑に到着すれば、すでに作業に取り組んでいるばあちゃん先生がまた別のラジオを聴いて、年配の芸人だけが俳優だかがリスナーからのハガキをワハハと笑いながら読んでるのが聞こえてきます。たまに知っている曲が流れたら「お♪」と反応し鼻歌交じりにごきげんに鎌を振り上げちゃって。しばらく真剣に畑を耕したら汗だくになったわりに、大して作業も進んでないし、でも時間は随分経っていて、ばあちゃん先生のラジオはとうに聞こえないから、「そろそろ帰るか」と帰路につくのです。家に帰る道すがら、部活中のグラウンドを「次男はどこかな」と探すも見つからず通り過ぎ、自宅に到着。わたしの日曜午前が終わります。子供たちに手がかからなくなってきて休日らしく過ごせるようになってきました。コレを充実というのよ、満足というのよ！

休みだからって寝ないでよ

まいこらら

まる～なでは庭の草むしりや利用者さんの将棋の相手など、様々なボランティアさんを随時募集しています！！

介護相談いつでも承っております。気軽にご相談下さい。担当：長南、中山、石川

まる～なには水曜日、木曜日の11時30分に生協の移動販売が来ております。ご近所の皆様も是非ご利用ください。