



# 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

## <10月の様子 みんなありがとう！1か月遅れの誕生祭！月間>



**たまご園に行ってきました**

ソフトクリーム 大きかった♡

**生協10の基本ケア**

**どら焼き作り！！**

ホットケーキミックスの粉で簡単クッキングです。生地を丸くホットプレートに落とすのが難しかったみたいです。あんこを挟んでどら焼きの完成です！まる～なではよく簡単なおやつ作りをします。その場で作ってその場で食べる！みんなで一緒に食べる事の楽しさと充実感を味わっています！今までおやつ作りをしてきておいしくなかったことなんてないんだから！

**あたたかい食事をする**

コツ掴んで ひっくり返すのもうまくなってきたよ！

**栄養こぼなし**

新しい年を迎えるご準備を！

①大掃除  
掃除をするための体力をつけましょう！  
おじぎ体操  
尻あげ体操  
その他の介護予防運動

②おせち料理  
「作るもの」から「購入するもの」へ！  
COOPのおせち料理

今年はい箇所でもお掃除を！  
そしておせち料理のご予約を！

11月11日号ピックアップ商品は (筆者の目標です)  
COOP味付数の子 COOP塩かすのこ(松)

**ウチの厨房さん**

希望叶えメニュー！

ミキサー食の利用者様向けに作った昇華弁当です。その方その方に合った食屋を提供しています。

誰でもおいしく食べて欲しいの！

**誕生祭・昇華弁当！**

利用者様のリクエストに応えました！カレーだよ！やっぱり人気メニュー！

カレーって老若男女人気だよ♡

**まいこらら**

「我唯足知」（われただたるをしる）-直訳すると「自分は満ち足りているという事を知っている」の意味があります。問題や課題のない人などこの世にいるのだろうか、少なくとも悩みなんでおおよそ誰でも持っているのだと思います。それでもこうやって幸せだと笑っているのは、やはり日々満ち足りているからなんだと思います。しかしながら時々、本当に時々、やれ自分にアイスがあたっていないだの、切られたメロンの数に対し自分が勘定に入っていなかったの極々小さな事で心が乱れ結果としてはしたくない姿を晒す事となります。アイスなどナンボでも買える。メロンなど皮までガリガリかじれる。それなのに自分はモノが欲しいんじゃないあなたの心の在り方を言っている！等と、器の小さな、相手を試すような事を言っているのです。今を満足しているはずなのに、忘れちゃうのね。そして時間が経てば思い直す。「私はなぜつまらない事に怒っていたのか」それもまた贅沢でわがままな幸せな事なのかもしれないですね。つい日々の忙しさの波にのまれておりますが、まる～なはおかげさまで24周年を迎えました。職員一同、助け合い支え合い、利用者様の気持ちに寄り添って、皆様の満足のお力添えになれますよう尽力してまいります。いつもありがとう、どうぞこれからもまる～なを楽しんでください。

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。