平成28年4月1日発行　2016年4月号　小淀ホーム広報誌　通巻55号

寿楽【じゅらく】

平成28年 4月号
小淀ホーム

発行元：小淀ホーム
発行元住所：〒164-0011
東京都中野区中央1-18-3
電話：03-3366-6511
ファックス：03-3366-6513

認知症カフェ

小淀ホームスマイルcafé

４月２６日（火）プレオープン

毎週火曜日

認知症の人やご家族、地域の人が集い、気軽におしゃべりや相談ができるカフェをはじめます。

- ●5月3日から毎週火曜日　10:00～12:00
- ●小淀ホーム1階　（予約不要）
- ●参加費100円　　コーヒーやお茶をどうぞ
- ●どなたでもお気軽にお越しください。

小淀ホーム　中野区中央1-18-3
03-3366-6511

小淀ホームの地域活動を紹介します

わくわくダンスすくーる

毎月第3月曜日に地域向けのサルサダンス教室「わくわくダンスすくーる」を開催中です。

この教室は、地域の皆さんの介護予防を目的に開始しましたが、すでに当初の企画を超えた盛り上がりをみせています。

小淀ホーム職員も仕事の合間に参加し、利用者の皆様にも楽しんでいただいています。

この日はサマンサ先生のハッピーバースデイのお祝い！　みんなニッコリ☺スマイル

楽しさ その1

サマンサ先生（左）のレッスンがとても楽しい！いつの間にかその気になってしまいます。 明るく楽しいレッスンで、とにかくみんな笑顔です。

楽しさ その2

身体全体を動かすことができてとても爽快です！

もちろん激しいダンスではありませんので、気分も爽快です。

楽しさ その3

ダンスが上手じゃなくても大丈夫！

毎回基本を復習して、ペアで呼吸を合せて踊ることが目標です。でも、呼吸が合わなくて大笑い！これもまた楽しいですね。（職員は早く上達しないと）

小淀ホームのイケメン？ダンスチームも参加しています。

男性参加者募集中です！さあ一緒に踊りましょう！！

小淀ホーム「スマイルランチ」 毎月第4日曜日

今回は1月24日（日）のスマイルランチの様子を紹介します。

小淀ホームでは、このスマイルランチを近隣の皆様（中野区民）を対象に、毎月第4日曜日に開催しています。介護のことや地域のことが何でも話せる食事会です。

小淀ホーム調理職員が心をこめて作った食事を楽しんでいただき、食後には、少し役立つ料理や介護のミニ講座を開催しています。

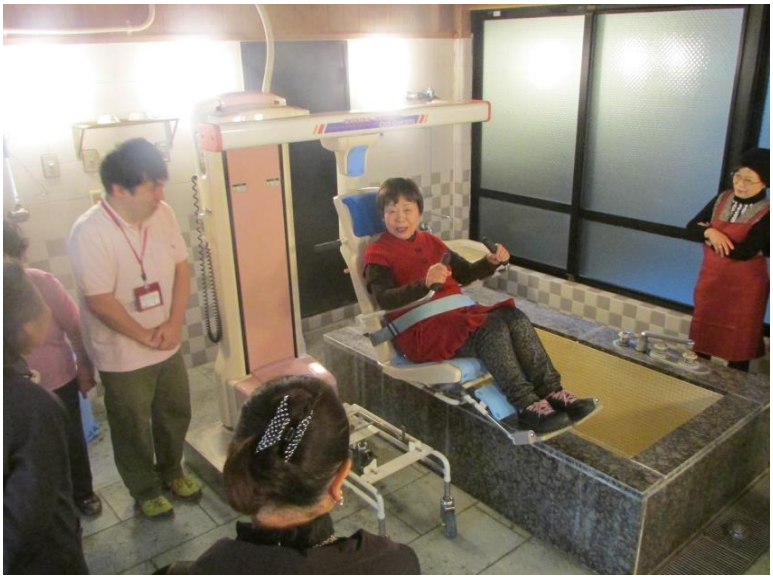
ぜひお越しください。

小淀ホーム
スマイルランチのご案内

日 時：毎月第４日曜日
（２月はお休み）
11:30～13:00頃
定 員：20名（先着順）
参加費：500円
申 込：毎回事前に小淀ホーム近隣の「区民のひろば」にポスターを掲示します。締切日までにお電話でお申し込みください。

寒い日にもかかわらず大勢の方に参加していただきました。

天ぷらと松風焼き、カリフラワーと柚子の甘酢漬けが好評でした。



食後の一コマ　今回は小淀ホームの浴室を見学していただきました。リフトの乗りごこちはいかがでしたか？

調理職員から

スマイルランチでは、毎回小淀ホームの調理職員が、栄養士と相談してメニューを決め、仕入れも職員自身が行っています。今回は、当初はお刺身を考えていましたが、とても寒い日だったので、あたたかいものが良い⁉と思い、天ぷらをお出しすることにしました。

当日は、ホームの利用者の皆様の昼食をお出ししてから、天ぷらを揚げたり、ケーキ作りが得意な調理員が焼いたシフォンケーキの飾り付けをしたり、心をこめて準備させていただきました。いかがだったでしょうか。

小淀ホームの食事を地域の皆さんに召し上がっていただく機会ができたことは、私たち調理職員にとって、とても光栄なことです。ほんの少しでも小淀ホームの食事を楽しんでいただければ幸いです。

調理職員

小淀ホームアルバム　四季折々の出来事スナップ

節分

おやつづくり（ドーナツ）

日本女子大学生の皆さんによるコンサート

２月５日（金）日本女子大学児童学科の皆さんにデイサービスでコンサートを開催していただきました。毎年ありがとうございます・

デイサービス職員一同

小淀東町会の餅つき大会

２月28日（日）小淀ホーム玄関前で小淀東町会の餅つき大会があり、小淀ホームも参加させていただきました。天候にも恵まれ、とても楽しいひとときでした。

今回は、小淀ホームが初めて豚汁を提供させていただきましたが、100人前くらい用意していたのに、午前中のうちに大鍋がカラになってしまいました。

町会の皆さんの手際の良い連係プレーで、つきたてのおいしいお餅をごちそうになりました。　ありがとうございました。

特養職員一同

職員も餅つきに参加

編集後記

今回の『寿楽』では、小淀ホームの地域活動を特集しました。地域活動といっても特別なことをするのではなく、地域の皆さんと一緒に楽しく取り組みたいと思います。小淀ホームは今年7月に開設20年を迎えます。開設当時の施設長から、小淀ホームは地域の支えによって開設できた、ということを聞いています。今後は少しでも地域に貢献できる活動を実践したいと考えています。

小淀ホーム施設長　野口　和之