



青い宙から

平成29年1月号 (第27号)

デイサービス青い宙便り
平成29年1月1日発行
発行者 (株)ベイシス デイサービス青い宙
発行責任者 石田 京子
<http://www.aoisora-ds.jp>



謹んで初春のご祝詞を申し上げます

旧年中は格別のご愛顧を賜り厚く御礼申し上げます。本年も変わらぬお引き立てのほどよろしくお願いいたします。

本年が良き年となりますよう皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。



さて、この時期【静電気】に悩まされる方も多いのではないのでしょうか？

原因は、大気の乾燥や素材同士の摩擦・血液の酸性化などと言われています。

そこで、覚えておきたい静電気対策！！

★ハンドクリームや保湿クリームをこまめに塗る

★ドアノブなど触る前には壁や木・10円玉などに触る

是非、一度試してみてください。



青宙レストラン

～ 大根のビール漬け～

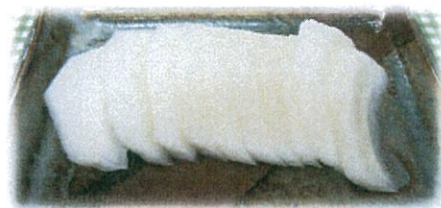
健康に良い免疫力を高める食べ物 と言われている大根。

薬効は、消化不良 胃酸過多 二日酔い せき 打ち身 頭痛 発熱、便秘

のぼせ 歯ぐきの出血 ニキビ 冷え性 がん 動脈硬化、胃潰瘍、胃炎等

おろしてよし、煮てよし、漬けてもよしと、淡泊な味わいながら大根ほど様々に

調理される野菜は少ないですね。



材料

・大根	3本
・砂糖	500g
・塩	180g
・酢	180cc
・ビール	350ml

作り方

- ① ビール・調味料をすべて合わせよく混ぜておく。
 - ② 大根は厚めに皮を剥き、4等分に切る。
 - ③ 大根を①に漬け込む。
 - ④ 大根の水分が出てしんなりしたら食べ頃。
- ★冬場は3～4日程度で食べ頃です。

12月の活動



～干支飾り作り～



お誕生会 & 民謡・銭太鼓・傘踊り

大根の収穫



カラオケ



ジエンガ



クリスマス会

【思い叶え隊】出動!!

日々の生活の活性化と目標に合わせた屋外活動の取り組み

お一人お一人のご希望をお伺いすると共に、ケアプランに沿った機能訓練の一助とさせていただきます。

H・C様の思い・・・「美味しい和食を食べに行きたい!!」



今回の思い叶え隊はH・C様の「美味しい和食を食べに行きたい」です♪
 この日はとても良いお天気でした。ドライブがお好きという事で、少し離れた和食屋さんに行きました。道中も話が弾み楽しまれていました。
 色々なメニューがありましたが、お魚の定食を頼まれ、「おいしいなあ♪」と言われながら喜んで食べられました。また、美味しいものを探しに行きましょうね!!

イベントのお知らせ

1月24日月曜日
 14:00～
 大正琴演奏会♪



デイサービス青い宙 ～空き状況～

月	火	水	木	金	土	日
△	○	△	△	○	△	△

○…空き余裕あり △…ご相談下さい

定員	20名
サービス提供時間	9:00～16:30 / 9:30～15:45
休業日	年末年始(12月30日～1月3日)



青い宙ってどんな所?
 私に合うかしら?
 職員はどんな人たち?

1日体験利用大歓迎♪
お食事&コーヒー付 500円