

# ウエルハウス西宮だより



## ウエルカムカフェ

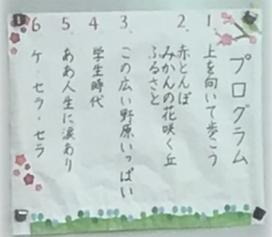


1月17日（土）協和マリナホスピタル・ウエルハウス西宮合同のウエルカムカフェを開催し、「ワクチン！種痘からRNAへ」をテーマに和田尚医師による健康講座を行いました。

これまで大学で研究されてきた内容の一部を簡単にしたという講座は、様々なたとえ話を織り交ぜ進んでいき、“難しいけれど楽しい”勉強の時間となりました。

講座のあとはリハビリ職員による体操や測定と、カフェの時間で身体も温まりました。次回は3月21日介護保険制度に関する講座を実施予定です。

## 行事 ケ・セラ・セラ



1月16日（金）4階、5階 合同行事で唱和歌謡 歌グループ「ケ・セラ・セラ」様に来所いただき「上を向いて歩こう」や懐かしい童謡「赤とんぼ」「ふるさと」等を皆で歌いました。選曲がお見事で利用者様も大きな声で歌ったり手拍子をして楽しまれました。



オカリナと鍵盤ハーモニカの演奏もありました。行事が終わってからも「歌はいいね」と話しておられました。

## 5F 正月飾り作成

12月下旬、正月にむけてのお飾りを作成しました。今回は扇形のウッドプレートに、松や南天、水引などをあしらった豪華な作品になりました。参加された利用者様も「どこに飾ろうかしら」「いいお正月になるね」と年の瀬を味わっておられました。



## ウエルカムカフェ

(入所者・ご家族対象)



日時：2月21日（土）14：45～  
場所：2F通所リハビリテーション室

入所者様とご家族様と一緒にお茶しましょう♪

フラワーアレンジメント・アロマハンドマッサージを実施予定

# 1月行事食の献立

## 年始メニュー

### 1月1日 昼食

- ・赤飯 ・ぶりの照り焼き ・菊花かぶ ・黒豆
- ・筑前煮 ・雑煮



### 1月7日 七草粥

- ・鮭の幽庵焼き ・玉子豆腐の銀あんかけ
- ・五目大豆 ・ゼリー



恙病息災

## 通所喫茶

1月13日 モンブランケーキorあんころ餅風デザート  
コーヒーor紅茶or煎茶と一緒に



## お取り寄せおやつ

1月19日 チーズケーキ

1月28日 シャトレゼ 室焼きチーズ饅頭

おやつゼリーの方はふんわりみたらし



## 通所リハ デイ神社



通所リハビリでは今年もウエルハウスで作成した  
デイ神社で初詣を行いました。また、皆さんそれ  
ぞれの願いを絵馬に書いて掲示しております。寒い中、ご自分で神社に  
行くことが叶わない方にも少し気分を味わって  
いただけたかと思えます。



## 料理レク

1月23日(金) 料理レクでオリジナルの和風パフェを作っていた  
いただきました。羊羹やあんこ、ホイップをどれくらい入れよう  
かと悩みながらも楽しんで作っていただきました。  
煎茶と一緒に召し上がっていただきました。

