

里だより ~ 342号 ~ 令和7年1月発行



介護老人保健施設 ゆうきの里

玉名市上小田1063番地 TEL.0968-74-0666

賀 あ る

明けまして

おめでとようございませす

皆様のご健康とご多幸を

心よりお祈りいたしませす

令和七年の干支「蛇」は、七福神の一人「弁財天」の使いとされていませす。皆様にどりませしてたくさんの福を呼び込む一年となりませすようお祈り申し上げませす。

今年一年 医療法人悠紀会ならびに

介護老人保健施設ゆうきの里をよろしくお願い申し上げませす

令和七年 元旦

ゆうきの里職員一同



● 看護介護部（入所） ●



入所では11月21日にゲートボール大会を行いました。狙いを定めて・・思いっきり玉を打ちゲートを通過すると同時に歓声が上がっていました。



ゲートボール大会の後にお茶の時間を設け、喫茶タイムを行いました。見学の方も興味を持たれ、急ぎよ参加される場面もありました。

メニューを見て自分の好みの飲み物やお菓子を選んで頂きました。喫茶の時間を笑顔で満喫することが出来ました。



● 通所リハビリテーション ● 十六夜会交流会

約5年ぶりに十六夜会の皆さまにお越しいただきました。久し振りにお会いされた方々は再会を喜ばれ、初めてお会いされた方々は初のボランティア体験を喜んでいらっしゃいました。

全6曲は「あっ」という間に終わり、もう少し楽しみたいご様子でした。1月もお越し頂く予定です。楽しみにしててください。





今月は、実際に利用者様にお召し上がりいただいている食事の中から【ひき肉カレー】をご紹介します。



❀ ひき肉カレー ❀

トマトの風味が引き立つカレーです。今回ひき肉を使用していますが、豚肉など他の肉を使用してもおいしくいただけます。

ひき肉カレー…材料：4人分/作りやすい分量

合挽ミンチ	120g	カレー粉	小さじ1/2
たまねぎ	240g (中1個)	濃口しょうゆ	小さじ2
バター	10g	砂糖	小さじ1弱
おろしにんにく	小さじ1弱	カレーフレーク	32g
トマトピューレ	40g	(カレールウ 約1.5欠片)	
コンソメ	2.8g (小さじ1/2強)	水	適量

《作り方》

1. たまねぎはみじん切りにしておく。
 2. バター、おろしにんにくを鍋に入れて、香りがたつまで炒める。
 3. 2.に合挽ミンチを入れて、色が変わってきたら1.のたまねぎを入れて炒める。
 4. たまねぎが透き通ってきたら、トマトピューレ、コンソメ、カレー粉、濃口しょうゆ、砂糖を入れる。
 5. 4.が混ざったら、適量の水を加えて煮る。
 6. 火を止めてカレーフレーク（カレールウ）を入れてトロミが付くまで弱火で煮る。
 7. ごはん（適量）にかけて出来上がり。
- ※カレールウの種類によって仕上がりが違うため、味を見ながら調味料の調整をしてみてください。



1月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 	3 通所開始	4 (通所)音レク
5	6 (通所) 体重測定	7 (通所) 体重測定 (入所) 口腔ケア	8 (通所) 体重測定	9 (通所) 体重測定 (入所)音レク	10 (通所) 体重測定	11 (通所) 体重測定
12	13 成人の日 通所あります	14 (通所)音レク (入所) 口腔ケア	15 	16 (入所)音レク (入所) 口腔ケア	17	18 
19	20 (通所)音レク (入所)音レク	21 (入所) 口腔ケア	22 (通所)書道 	23 (入所)音レク	24 (入所) 口腔ケア	25 
26	27 (通所)絵手紙 (入所)音レク 	28 (入所) 口腔ケア	29 	30 (入所)音レク	31 	