

# さとめーる

特別養護老人ホーム天橋の郷だより

北星会ホームサービス

<https://hokuseikai.or.jp>

Email: [tenkyonosato@wine.ocn.ne.jp](mailto:tenkyonosato@wine.ocn.ne.jp)

facebook: <http://www.facebook.com/tenkyoen/>

令和4年1月発行

発行責任者 笠井裕代

TEL.0772-22-0066



第178号

## 新年のご挨拶

特別養護老人ホーム天橋の郷  
施設長 笠井 裕代



新年あけましておめでとうございます。

地域の皆さまに支えられ、今年もご入所者と共に新しい年を迎えることができました。

一昨年に続き昨年も新型コロナウイルス感染症のため、面会の制限やいちごカフェの中止など、皆様方には大変ご迷惑をおかけしました。おかげさまで天橋の郷ではご利用者、職員とも一人も感染者を出すことなく、経過することができました。改めてお礼申し上げます。引き続き感染防止に努めながら、日々の活動に工夫して取り組んでまいります。

さて、今年の干支は寅。天橋の郷には9名の年男・年女がおられます。70名のご入所者中9名が寅年生まれとは、なるほど元気な方が多いのも頷けます。その中でも8回目の年男・年女となる今年96歳になられる方が5名も！皆さんがお元気で次の年男・年女を迎えていただけるよう、全力でサポートいたします。

ところで、今年は36年に一度の五黄の寅年。運気が高く最強の年と言われます。世の中からコロナが吹っ飛び、皆さまにたくさんのいい事が訪れることを願ってやみません。

## 持養 サークル活動

世間の感染症の脅威も落ち着きを見せ、ものづくり・歌と体操・おやつ作りのサークル活動を始めました。それぞれにメンバーを募集して、賑やかにお喋りを楽しみながら参加いただいております。ものづくりでは、お好きな色の台紙や飾りを選んで羽子板を作りました。部屋に持ち帰ってお正月準備完了です♡



## クリスマスケーキ作り ショートステイ

完成～♪  
みんなでワイワイ♪  
おいしくいただきました。



もちろん  
いちごは  
栗田産♪

# クリスマス会 郷デイ

今年もクリスマス会を開催しました♪  
今年はいすいっつぱいキングです!!

ロールケーキやカットケーキ、和菓子に果物、せんべいなど様々な種類を用意して、その中からご自身でお好きな物を食べていただきました。皆さん、選んでいないものが気になるようで「それ美味しいか?」「それ食べてみよ」と笑顔満載の時間となりました。スタッフが、サンタクロースの帽子やトナカイのツノを身に付けてクリスマス感を演出していると「よお〜似合うで」「かわいいわな」と、嬉しいひと言を頂戴しました(笑)



# 出張マルシェはまなす苑

はまなすマルシェが大好評でしたので、由良地区以外の方にもお届けしたいと天橋の郷と天橋園に出張してきました。最初は買ってもらえるか不安な表情で出発しましたが、たくさんの方々に購入していただき、マルシェスタッフも自然と笑顔に!「これも美味しいですよ〜」と勧め上手の看板娘ではなく息子!?!の巧みな声掛けで追加購入するお客様も!次はアナタのところにもおじゃまするかもしれませんよ〜!



「サンキューで〜す♪」



# 体力測定実施中

## Re-style

Re-style ではすべてのご利用者を対象に3月、6月、9月、12月の年4回体力測定を実施しています。今年最後の体力測定で、1年間の成果を出そうと皆さんつつい力が入ります。「これは苦手やわぁ」と言いながら、全ての種目にとっても真剣に取り組まれ、前回から導入した徒手筋力計モービィの測定するときは、更に力が入り自然と声も出てしまいます。次回は3月に実施します。皆さんまた頑張りましょうね♪



# 迎春 天橋立一斉清掃に参加しました!

新型コロナウイルスの影響で2年ぶりとなった、迎春天橋立一斉清掃に北星会で参加してきました。

松並木一面に落葉する松の葉を熊手でかき集めると美しい天橋立がより一層美しくなりました。今後も北星会は、宮津の宝『天橋立』を大切に守っていきます。



# ちょっとタメになる話 #3 「小正月の風習」



1月15日の小正月は、お粥に煮た小豆を混ぜて炊いたものを食べる習慣があります。

これは、「小豆のように赤い色の食べ物は邪気を払う」と考えられていた中国の古い習慣に由来しているそうです。小豆の栄養素を摂ることで便秘や貧血が解消され、美容やダイエット、体質の改善にも効果があります。

無病息災を祈願して『小豆粥』を召し上がってみてはいかがでしょうか?

