

# やよい台 仁 だより

Yayoidai JIN NEWS

令和5年  
2月号

- もくじ
- ・ともろークリニック
  - ・療養課（入所）
  - ・通所リハビリ課
  - ・訪問看護ステーション
  - ・リハビリ課
  - ・事務課からのお知らせ
  - ・やよい台仁の献立

Valentine's Day

## ともろークリニック



ともろー  
クリニック



日頃よりともろークリニックをご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

ともろークリニックでは、地域のクリニックとして、皆様に寄り添った診療をご提供できるよう心掛けております。通常の診療に加えて、ともろー訪問看護ステーションと連携して訪問診療を行ったり、健康診断や各種予防接種など、地域の医療・福祉の一端を担えるよう運営しております。

これからもご利用される皆様のお気持ちに寄り添えるような診療に努めてまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

医師 吉井 昭夫

## 健康診断のお知らせ

ともろークリニックでは、横浜市健康診断や特定健康診断、雇入れ時健康診断に定期健康診断など各種健康診断を受け付けております。

横浜市国民健康保険に加入の方で、受診券をお持ちの方は、無料で健康診断が受けられます。横浜市に在住で75歳以上の方につきましては、受診券がなくても無料で受けられます。その他、大腸検査や前立腺がん検査なども行っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

## 療養課（入所）

### 節分イベント

節分といえば豆まきですが、豆まきは施設では衛生面や安全面での問題で、なかなか行えません。

安全に節分を楽しめるゲームということで、今年は模造紙に張られた鬼にめがけて、お手玉を投げて、鬼退治をするというゲームを行いました。ゲームとなると普段秘めている性格も露わになる方も・・・

的をめがけ、大きな声で「おにはーそと！」と邪気を払い、無病息災をお祈りしました。



## 通所リハビリ課

デイケアに通所していただく送迎車から、目にする景色の中で少しずつ春の気配を感じられるようになりました。白やピンクの梅の花が咲いています。寒暖差があるこの時期も体調管理が必要ですね。



顔のパーツを選びながら皆さんに作っていただいた鬼は、同じ顔がひとつもなく表情豊かで、とても素敵な作品となりました。



午後のデイケアでは、集団体操のときに元気に歌を歌っています。



## ともしろー訪問看護ステーション



**看護師**  
この度、ともしろー訪問看護ステーション弥生台に入職しました齋藤です。これまで病棟やクリニックでの経験はありますが、訪問看護は初めてとなります。日々戸惑いながらも、指導して頂きながら訪問しています。一人で訪問する事もあり、緊張の連続ですが、楽しんで訪問看護の仕事をしていきたいです。どうぞよろしくお願いいたします。

### ケアマネ

2月に入職いたしましたケアマネジャーです。この仕事に携わって11年目になります。早く慣れ、戦力になれるよう精進して参ります。趣味はガーデニングですが、雑草取りがストレス軽減になっています。今はクリスマスローズを増やしています。育て方など教えていただくと嬉しいです。これからどうぞよろしくお願いいたします。

Happy Valentine's Day with lots of love.



やよいちゃん

## リハビリ課

### 素敵な壁作品ができました！～小集団リハビリ～



わたしたちが  
作りました！！

秋の作品  
「トンボと紅葉」



冬の作品  
「牡丹と雪うさぎ」

小人数制の作業活動を少しずつ再開し始めました。1つずつ工程を説明しながら進めていくと、こんなに素敵な作品に仕上がりました♪

作業中は、真剣、笑う、悩む…等、様々な表情が見られました。ちょっとのうっかりミスが大笑いに繋がったり、昔話を楽しんだり刺激ある活動ができました。今回の作業活動では、普段の運動や脳トレ体操、ダンスとは違った、「達成感」も感じられたようです。



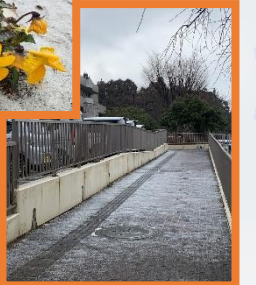
## 事務課からのお知らせ



今年、初めての降雪がありました。駐車場や花壇もうっすらと白くなり、窓から見える風景は一面雪景色となりました。

やよい台仁通所リハビリでは、毎日ご利用者様の送迎を行っておりますが、積雪や路面凍結などの場合は、通常より送迎が遅れることがあり、またご利用者様の安全を考えて送迎を中止する場合がございます。（開所はしておりますので御家族様が送迎して頂ける場合はご利用可能です）

また、入所されているご利用者様の窓越し面会も中止することがございますので、ご理解の程よろしくお願い申し上げます。



## やよい台仁の献立

2月献立表							やよい台仁
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	
日	月	火	水	木	金	土	
<b>朝</b> 粥 味噌汁 肉団子と白草のうま煮 チンゲン菜の和え物 生乳 紅茶	<b>朝</b> 粥 味噌汁 肉団子と白草のうま煮 玉子の炒め物 菜の花の底ん酢和え じゃぶ白豆腐 ココア	<b>朝</b> 粥 味噌汁 なすのそぼろ炒め 白草にかま和え 生乳 紅茶	<b>朝</b> 粥 味噌汁 白草と豚肉のうま煮 なすのそぼろ炒め なめ菜和え 生乳 コーヒー 11時 紅茶	<b>朝</b> 粥 味噌汁 大根とさつま揚げの煮物 豚肉の味噌煮 生乳 ぶどうジュース	<b>朝</b> 粥 味噌汁 高野豆腐の煮め煮 青草の生煮和え ヨーグルト 紅茶	<b>朝</b> 粥 味噌汁 高野豆腐の煮め煮 青草の生煮和え ヨーグルト ミルクティ	
<b>昼</b> 味噌汁 タラのみぞれ煮 里芋の和え物 栗の揚げ物 （バナナ）	<b>昼</b> 味噌汁 コンソメスープ メンチカツ コールスローサラダ みかん	<b>昼</b> 味噌汁 かき玉汁 ホキの野菜甘酢ソース 大根の味噌煮 チョコレートパエリア	<b>昼</b> ロールパン トマトスープ 鶏肉のソテー パスタソース ポテトサラダ 洋梨	<b>昼</b> 味噌汁 豚肉の生煮焼 揚げ物のサラダ りんご	<b>昼</b> 味噌汁 清まし汁 ソイの味噌焼 切干大根の煮物 煮物	<b>昼</b> 味噌汁 肉野菜炒め 里芋の煮め煮 フルーツカクテル	
<b>おやつ</b> 玄米茶 チョコパン	<b>おやつ</b> 煎茶 ほうじ茶 今川焼（クリーム）	<b>おやつ</b> 煎茶 パンケーキ（抹茶）	<b>おやつ</b> 煎茶 ワッフル	<b>おやつ</b> 煎茶 たまごケーキ	<b>おやつ</b> 煎茶 ロールケーキ（イチゴ）	<b>おやつ</b> 煎茶 レモンケーキ	
<b>夕</b> 味噌汁 豚肉のさっぱり炒め 蓮根の炒め物 人参サラダ	<b>夕</b> 味噌汁 サワラの煮り煮し ひじきの炒め物 いんげんの和え物	<b>夕</b> 味噌汁 煮まし汁 鶏肉の塩焼 切り昆布の煮物 豚肉の味噌煮	<b>夕</b> 味噌汁 白身魚の七味焼 もやしとニラの炒め物 なすの煮物	<b>夕</b> 味噌汁 煮まし汁 豆腐とえびの卵とし 青草の和風炒め 酢の物	<b>夕</b> 味噌汁 コンソメスープ 鶏肉のマスタード焼 じゃがいものソテー ツナサラダ	<b>夕</b> 味噌汁 すまし汁 さむらの西京焼 中華和え 茶漬	
<b>19日</b> 日	<b>20日</b> 月	<b>21日</b> 火	<b>22日</b> 水	<b>23日</b> 木	<b>24日</b> 金	<b>25日</b> 土	
<b>朝</b> 粥 味噌汁 里芋のそぼろあん 煮物 ヨーグルト アップルティ	<b>朝</b> 粥 味噌汁 肉団子の甘酢がらめ いんげんのこま和え 生乳 紅茶	<b>朝</b> 粥 味噌汁 白草のとうもろこし フロッキーのおかか和え じゃぶ白豆腐 ココア	<b>朝</b> 粥 味噌汁 じゃーマンポテト フロッキーの和え物 じゃぶ白豆腐 ココア	<b>朝</b> 粥 味噌汁 さつま揚げの煮物 野菜の和え物 生乳 ミルクティ	<b>朝</b> 粥 味噌汁 野菜とかりんごソテー 大根の和え物 生乳 ココア	<b>朝</b> 粥 味噌汁 豚肉の卵とし 大根の和え物 ヨーグルト 紅茶	
<b>昼</b> 味噌汁 サバの山椒焼 春雨の煮しめ和え みかん	<b>昼</b> ***** キーマカレー フレンチサラダ ヨーグルト（フルーツソース）	<b>昼</b> 味噌汁 煮まし汁 かれのいごま味噌焼 小松菜の辛子和え 煮物	<b>昼</b> 味噌汁 チキン南蛮 まぐろの味噌焼 洋梨	<b>昼</b> 味噌汁 中華スープ 豆腐とえびの子リソース 豚肉の和え物 パイン	<b>昼</b> ***** 醤油ラーメン ぎょうざ 吉に豆腐	<b>昼</b> 味噌汁 鶏の煮り煮し ピーマン炒め フルーツカクテル	
<b>おやつ</b> 玄米茶 いちごクレープ	<b>おやつ</b> 煎茶 おせんべい	<b>おやつ</b> 玄米茶 ココアワッフル	<b>おやつ</b> 煎茶 クッキー	<b>おやつ</b> 煎茶 ロールケーキ（いちご）	<b>おやつ</b> 煎茶 今川焼（こしあん）	<b>おやつ</b> 煎茶 お団子（あん）	
<b>夕</b> 味噌汁 中華スープ 回鍋肉 えび焼売 中華風冷奴	<b>夕</b> 味噌汁 アジのみりん醤油焼 れんこんの炒め物 いんげんの煮物	<b>夕</b> 味噌汁 コンソメスープ チキンのわさびソースがけ マカロニソテー サウザンサラダ	<b>夕</b> 味噌汁 ホップの塩焼 厚揚げの煮物 菜の花としらすの和え物	<b>夕</b> 味噌汁 豚肉のオイスター炒め 大根全平 アスパラの塩焼和え	<b>夕</b> 味噌汁 ホキのマヨネーズ焼 南瓜の甘煮 煮物	<b>夕</b> 味噌汁 煮まし汁 鶏肉の味噌煮 なすのピリ辛炒め ひじきのサラダ	

## チョコレートの歴史

チョコレートの原料であるカカオは、紀元前 2000 年ごろメソアメリカで栽培されていたと推定されています。当時のチョコレートはカカオを磨り潰したドロドロした飲み物で、それにとうもろこしの粉を加えたり、バニラや唐辛子で香りをつけて飲んでいました。18 世紀ごろ、それまで飲みにくかったチョコレート飲料を飲みやすくするために、カカオ豆に含まれている脂肪を搾り取るココアパウダーの製法を発明しました。ココアパウダーと砂糖にココアバターを加えて冷やすと常温で固体になることが分かり、固形のチョコレートが発明されました。さらにミルクを加えてまろやかにしたミルクチョコレートが開発されました。