

みぎわ会 みぎわ園
05(22)1358
いずみ寮 みぎわ
05(27)0777
ハンナ館 職人
05(27)1011
ナオミ館 宗務
05(22)8555

の灯りがあると、周りを明るく照らしてくれます。
「すべての人を照らすことの光があつて、世に
きた」(ヨハネによる福音書一章九節)と、その
光こそイエス様なのです。私達の心に無くてはな
らない「光」として生まれて下さったのです。

の下で” (昨年6

だより

「やさしい笑顔と手の温もり
心やすらぐ いこいのみぎわ」

事業所
福祉センター
05(22)9000
マンション
05(23)8931
保育園
05(22)1358
教会
05(27)0828

〈隔月発行〉

令和元年 12月号 (第335号)

理事長 來住 壽
〒677-0064 西脇市八坂町213-1
TEL:0795-22-1358 (代表)
FAX:0795-22-3749
E-mail:m-care@d7.dion.ne.jp
URL <http://www.migiwa.or.jp/>

『クリスマスの光』

みぎわ教会

牧師 神原 かよ子



尊い主の御名を讃美申し上げます。
今年も早、アドベント(待降節)を迎えました。アドベントとは、イエス様が救い主としてお生まれになる降誕を待ち望む四週間の事です。クリスマスツリーやリースを飾り、この一年間、数々の神様の恵みを感じ、降誕される日を期待をもつて過ごしたいと思っています。

不安におびえ絶望の中にいる全ての人の心に、「光」となり、「大きな喜び」となって生まれて下さったのです。イエス様は、まさしく、闇の中にいた私達に、温かい心、愛を与えて下さり、希望と喜びが生まれるのです。

この一年を振り返りますと、今年は令和という新しい時代が始まり、明るい話題や、感動、勇気をいっぱい頂いた年でした。みぎわの里も神様に守られ心から感謝致します。
しかし、自然災害や内外の悲しい事件の多かった年でもありました。来年こそは、皆様にとって、穏やかで平安な年でありますようにと、心から願うものです。
どうぞ、皆様の上に、神様の豊かな祝福が

第10回 みぎわ会文化祭

「和(なごみ)～一期一会でつながる輪～」

写真 作品展

みぎわ会
50年分の写真を
一部展示しました！



お茶席



お抹茶
美味しかったよ♡



コンサート



ソプラノ歌手
ピアノ演奏

梅田亜紀さん
高木美香さん



ご家族の皆さまと
グループワークをしました！

家族会



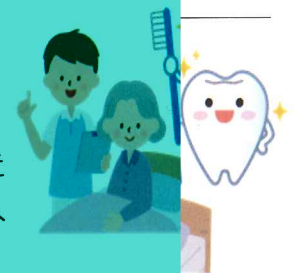
今年のご家族と職員との
交流会として意見交換をさせて
いただきました。多くのご意見
をいただき、またご家族同士の
交流もできた会となりました。

特別養護老人ホーム みぎわ園



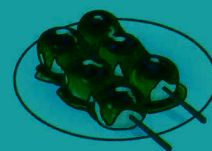
調整できず、10月に3回に分けて長寿のお祝い
してきました。を迎え
い日に出かけられました。
やデザートはまた違った美味しさを感じる事が
気にお過ごしください。おめでとうございます。できま

命を守る口腔ケア



入ることで起こる肺炎です。汚れた
らいます！歯磨きが出来ていない人

きない方は、介護者・支援者にお口のケアを行っ
方に繋げましょう。ってもら
能です。かかりつけ歯科医が難しくとも歯科医師
はそのままにせず、歯科医院もしくはケアマネ師会の中
くことがあるかと思いますが、どうぞよろしくお相談し
願いい



デイサービスセン ナオミ館ター

みたらし団子作り

先月は、みたらし団子作り
を行いました。ジャガイモと
白玉粉を同量ずつ混ぜ合わせ
団子を作りホットプレートで
焼き、みりん、砂糖、しょう
油でタレを作り、召し上がっ
て頂きました。皆さん、団子
作りは昔からされていたと言
われ、手際よく作られていま
した。食感も軟らかく大変好
評でした。



渡邊 遥咲

(1歳4カ月)

車を走らせ活発に動き回って遊ぶ元気な男の子です

ママごと遊び



秋の散歩

ぐりコロコロ



健康寿命をのばそう！

今日のテーマは骨粗鬆症の予防食

骨粗鬆症で骨がもろくなると、ちょっとした転倒でも骨折しやすくなり、それに伴って要介護状態や寝たきりとなる可能性があります。今回は、その予防に役立つ食事についてご紹介します。

骨粗鬆症予防のための食事のポイント

- ・基本はバランスの良い食事
- ・カルシウムを多く含む食品を積極的に摂取する
- ・たんぱく質もとり入れ、阻害する成分は控えめにする
- 【予防する食材】
- ・乳製品、鮭、丸干し、大豆製品、アーモンド、納豆、小松菜、わかめ、かつお、玄米
- 【控えた方がよい食材】
- ・アルコール、コーヒー、緑茶、加工食品、清涼飲料水、スナック食品、保存料のリン酸塩



「食べたい？」
「エストに
て振舞っ
れます」



手芸ボランティア

避難訓練

事に避難されました



クラフトポート

紙で小物入れを作りました
な♪

乳和食をご存じですか？

さばのミルクみそ煮

おすすめ
レシピ！

【材料4人分】

- さば・・・4切
- みそ・・・大さじ2
- 酒・・・大さじ4
- 砂糖・・・大さじ2
- 牛乳・・・200cc

A



を入れ、

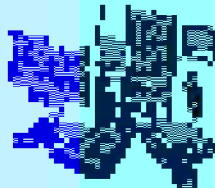
ふつふつ

、落とし蓋

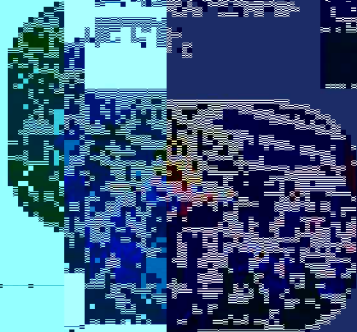
やや弱火で約10分間煮る。

臭みが取れて減塩にもなります。

吸収率が高い牛乳を使用した乳和食は
最適です。



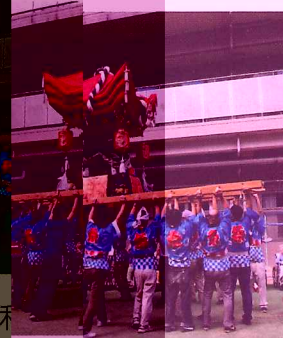
**ՀԱՅԿԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ
ՄԱՍԻՆ** ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԵՐԱՐԴԻ ՄԱՍԻՆ
ԵՐԱՐԴԻ ԵՎ ԲԱՑԻ ԳԵՂԱՐԿՆԵՐԻ
ՄԱՍԻՆ | ԻՄՊԵՐԱՏՐԱԼՆԵՐԻ ԵՎ
ՓԵՏԱԿԱՆ ԳԵՂԱՐԿՆԵՐԻ ԿՐԹԱՆՈՒ
ԵՎ ԳԵՂԱՐԿՆԵՐԻ ԿՐԹԱՆՈՒ
ԵՎ ԳԵՂԱՐԿՆԵՐԻ ԿՐԹԱՆՈՒ

[illegible][illegible]

663

-

興



5月～11月3班
分かれての職員旅行に
今年は京都へ行っ
きました。

