

### 今年の節分は 2月2日

介護老人保健施設 いとうの村



豆まきでおなじみの節分が、今年は例年より1日早い2月2日でした。

何と1897年以来124年ぶりという珍しさです。国立天文台は「地球が太陽の周りを回る公転の周期が1年きっかりでないことが原因。微妙なずれが積み重なった結果だ」と説明する。今年からしばらくは4年ごとに2月2日となるそうです。

急の日程変更で都合がつかないのか、それとも新型コロナウイルスにより緊急事態宣言が鬼ヶ島に出たせいか、毎年いとうの杜に現れていた鬼たちは現れませんでした。特大豆を用意して待っていたのに……来年こそは来てくださいね。感染対策をしっかりして安全な距離をとった上で。



### ホットプレートで作る カスタードパフェ

#### 3階

利用者様参加型おやつを食べる会を行いました。

右のレシピのようにカスタードクリームを作り、それぞれお好みの盛り付けです。「カステラはいくつ入れていいの？」

「バナナは多めに入れて～」フロア中にいい香りが溢れます。

自分で盛り付けたカスタードパフェはいかがでしたか？

来月はどんなおやつが食べたいですか？リクエストにお答えしたいと思います。



### ホットプレートカスタード

#### カスタード

- 牛乳500ml
- 卵2個
- 砂糖1カップ
- 小麦粉1/2カップ

- ①上記材料をボールに入れてよく混ぜる
- ②混ぜたものをホットプレートに入れて加熱  
※フライ返しやヘラで焦げないように混ぜる
- ③出来たクリームをボールに戻す

ホットプレート2台あるので2か所で実施

#### パフェ

- カスタードクリーム
- カステラorスポンジ
- フルーツ

を好きなようにカップに盛り



## 今コロナ禍で思うこと

みなさんこんにちは！今回社新聞の記事を担当することになった本春（モトハル）です。よくモトという字を「元気の元（モト）」と間違われたり、本春を一字にまとめ、

「椿」とされ、新聞に掲載されたことがあります。しかも2回も（笑）。

このご時世コロナウイルス感染症で外出が難しくなったり、三密にならないように…と色々ありますが、この時期に家でなにかできることはないかと考えるようになりました。自分の年齢も考え、学生時代の頃は…と考えた時に部活しか思い出に残っていませんでした。（今となればいい思い出です。）学生時代はよく動いたり走っていたっけ…と。そういえば今も体力あるのかな？そうだ！試しに走ってみよう！（笑）部活も引退し早数年と経過していますが…

…結果、現実は甘くなかったです。体力もかなり落ちているのがわかりました。このままではマズいと感じ、体力の向上と気分転換など色々な意味を込めてランニングを試してみることにしました。今では学生の頃の体力には程遠いですが、ある程度までは戻せることができたような気がします。趣味の一つになりました。

走る事というと、今年も箱根駅伝がありましたね。お正月の恒例行事にもなっていますが、今年の箱根駅伝は個人的に少し楽しみでありました。それは今年出場校の〇〇大学の選手に遠い親戚の子が出ることになったからです。（→普通にすごいですよね。聞いたときはびっくりしました。）当日はテレビをつけソワソワしていました。個人情報もあるので細かいことは書けませんが、最終的にその大学は総合優勝していました。（ホントにすごい！）インタビューも受けて…感激しました。いつか会う機会があったらサインでももらおうかな…（笑）また来年の駅伝も楽しみとなりました。 介護職員 本春

## 今コロナ禍でも花は咲き、小鳥はさえずる

コロナウイルス感染症がいかに蔓延しようが、季節になれば花は咲き、小鳥はさえずります。



1月中旬、近所を散歩中、いろいろな花、鳥を見る事ができました。

- ・菜の花畑～毎年結婚式など行われますが、今年は中止です
- ・河津桜～フライングぎみで咲いてます 河津桜祭りは中止です



- ・めじろ～写真を撮らせてくれました
- ・ジョウビタキ～ガラス戸にぶつかり一瞬

- ・椿～これから満開になるでしょう
- ・水仙まつり～人出はわずかですが満開です

（撮影：南伊豆、下田）

気絶、無事気が付きました ・アロエの花～人知れず咲き誇っています

これから咲き始める花、今年の役目を終える花、この季節はとっても華やかです。その花の蜜を目当てに、春の訪れを告げる鳥たちのさえずりがホント賑やかです。上記のジョウビタキは偶然撮れた写真で、鳥本人も「びっくりした一死ぬかと思った」といった顔をしていました。

伊豆の散歩人

6階

熱々

### 新春鍋パーティー

がっつり食べましょう！！



材料

人参 しいたけ・えのき・白菜  
たら・肉団子・メのうどん他

レシピ：材料をお鍋に見た目良く配置し、  
つゆを入れ火にかける



6階では、冬の恒例行事の鍋パーティーを行いました。フロアスタッフが中居さん役となり、皆様をおもてなし致します。世間がコロナで大変な中ですが、旅館にでも泊まった気分で熱々お鍋をいただきました。スタッフも後程いただき、大満足です。

「うどんは後で入れるのよ」  
「お肉とお魚でいいおだし  
が出てるわね」

ベテラン主婦の皆さんにアドバイス  
いただいた若手スタッフでした。

通所

### 幸福の杜大社で初詣



通所スタッフ手作りの鳥居で、皆様に初詣していただきました。

鈴を鳴らし、手を合わせ

「健康でありますように」「コロナがなくなりますように」  
と祈っておられました。

「まさかここで初詣が出来るなんて」「立派な物を作ってもらって」  
と喜んでおられました。

1/4～1/9まで初詣を行い、9日には今年一年無事過ごせますようにと幸福の  
杜大社の収納式を行いました。

### ～5階ショートステイ(短期入所生活介護)2021年 新年会～

1月18日(月)5階のショートステイに於いて新年会を開催致しました。開会にあたり村木介護主任より、今年の抱負を含め日頃の感謝をお伝えしました。その後、ビール風のスペシャルドリンクで乾杯。そして「笑いヨガ」で体をほぐしました。そして通所リハビリテーション所属の「レク名人」平井介護士プロデュースのカラオケ大会が始まりました。皆様の美声を堪能しながら、おなじみの名曲を楽しく合唱し、心も身体もリフレッシュしました。続いて、新春くじ引き大会を行い、利用者様ひとりひとりに賞品をプレゼント。ひざ掛けやクッション、箱ティッシュやマスクなどが当たるごとに、一喜一憂の表情がとても楽しく、大いに盛り上がりました。

最後は看護介護科、保坂総経理より今年のショートステイの取り組みとして、ご希望を伺いながら提供する個別レクリエーションをはじめ、何度でもご利用いただける雰囲気、環境づくりに努めていくことを利用者様に伝えました。

こちらのショートステイでは毎月のレクリエーションやイベント内容をチラシで配布しております。ご希望の方はぜひスタッフまでお気軽にお声掛けください。

事務課長 渡邊誠



## 新型コロナウイルス感染症に関する対応について

当施設では引き続きご利用者の安全確保、感染症対策により、**面会は中止させていただきます。**  
ご利用者の日常をいとうの杜新聞の紙面に於いて掲載しております。是非ご覧ください。

医療法人啓仁会 介護老人保健施設いとうの杜 施設長 加藤訓久

## 今月の豆知識

### 「消毒」と「除菌」の違い

消毒は、病原性のある菌を感染症を防げる程度まで殺して無害化すること、除菌は、菌を一定割合（1/100）以下に減少させることをいう。目的によって適切な濃度のアルコール（エタノールを主成分とするもの）を用いる。

まず、消毒を目的とする場合はエタノール濃度が約70%~80%で、「医薬品」、「医薬部外品」と示されているものを用いる。また、手指を消毒する際は、1回に3~4ml使用する。除菌を目的とする場合はエタノール濃度約35~50%程度のものを用いる。エタノールには油を溶かす性質があり、この濃度であれば掃除にも使用できる。ドアノブ等は直接スプレーして水拭きする、水が故障原因になる家電等は布等に吹きかけて拭き取る、カーテン等の布製品には噴霧して乾かす等、対象にあわせて使い方を変わるとよい。

ただし、オイル仕上げの食卓、ワックスをかけた床、ニス塗装の家具等は塗装がはがれることがある。また、桐の家具や皮製品等への使用も、しみや変色の原因となるため避ける。パソコンのキーボードは一般的にアルコール除菌が可能とされるが、濃度が高すぎると文字の塗料が消える場合があるため、注意が必要である。

The Nutrition & Diet Newsより



元旦の朝食は、ささやかではありますがおせちをご用意いたしました。また、昼食には松花堂弁当でお正月気分を味わっていただきました。

## 6月のレクリエーション と行事予定

デイ お誕生日会 2/5 (金) 2/11 (木) 2/20 (土)  
たこ焼きパーティー 2/16 (火)  
劇団松田公演 (漫才の部) 2/26 (金)

2階 バレンタインパンケーキ 2/10 (水)  
3階 焼き芋を食べよう (蜜入り安納芋) 2/24 (水)  
4階 一足遅れの節分豆まき大会 2/8 (月)  
5階 節分の会 2/3 (水)  
バレンタインイベント (チョコ詰め) 2/17 (水)  
粘土教室・杜カフェはチラシ参照  
6階 ケーキバイキング 2/18 (木)



移動美容室「クランチケア」さんがいとうの杜に来ます。

2月12日(金)

2月22日(月)

ご希望の方は各フロアスタッフまで！！

皆様と一緒に楽しい紙面づくりをしていきたいと思っております。

ご意見や投稿など募集お待ちしております！

〒414-0002 伊東市湯川 288番地9 ホームページ

「いとうの杜新聞」編集部まで <https://www.itou-mori.jp/>

電話 0557-35-4165 FAX 0557-35-4101

