

# グループホームハートフル多聞



ひな祭りの飾りつけを入居者様と作成し、3/3はひな祭りを楽しみました♪  
 体操で体を動かし、歌を歌い、楽しいひな祭りを過ごされています♪  
 最後に作成した作品と一緒に記念撮影を行いました♪  
 レクリエーションにおいて、「ドミノ倒しを行い、「並べるのは大変、倒すのは一瞬、楽しかった♪」と声を頂き、会場は盛り上がりました♪



## たけのこのお話

春の風物詩のひとつと言えるたけのこ。4月から5月に旬を迎え、こねからの季節美味しく食べることができる食材です。  
 たけのこは鮮度が命！  
 「湯を沸かしてから掘水」という言葉があるほど掘ってから時間が経つにつれ、アクが出て苦味やえぐみが強くなります。おいしく食べるコツは、なるべく早くその日のうちに米ぬかかごでアク抜きをすることです。

たけのこには不溶性（水に溶けにくい）の食物繊維セルロースが多く含まれるため、便秘や大腸がんの予防にも◎。カリウムが多く含まれるため塩分の排出を促し、高血圧予防にも期待できます。  
 しゃきしゃき歯ごたえが楽しいたけのこにはうまみ成分たっぷり！  
 お吸い物・煮物・炊き込みご飯やお寿司に

入れて今しか味わえない春限定のおいしさを楽しみましょう♪




## さなえ食堂

### 【たけのこ豆知識】

皮には、イノシシやキツネなどの動物に食べられないように、たけのこを守る役割があります。実はあの皮が、たけのこを竹に分ける境界線。背が伸びるにつれて、皮は一枚一枚、自然とはがれ落ちて、すべて落ちると竹になります。皮が全部落ちるのにおよそ30日かかります。皮をかぶっているのがたけのこで、皮が完全に取れたのが竹。たけのこはまさに“脱皮”して竹になるのです。  
 そんな急成長をした竹の寿命はおよそ60～120年と長く、一生に一度数回花を咲かせた後は一斉に枯れてしまいます。たけのこが地上に顔を出して竹に成長するまではわずか10日間ほど。  
 ほんの一瞬をわたしたちはいただいているのです。



## 社会福祉法人 天摂会

- てんせつかい 検索 
- ハートフル多聞 坂根 〒709-0873 岡山市東区瀬戸町坂根 792-14
    - 特別養護老人ホーム多聞荘 TEL (086) 953-0011 FAX (086) 953-0012
    - 多聞荘ショートステイセンター □多聞荘デイサービスセンター
    - ケアハウスたもん荘 □多聞荘指定居宅介護支援事業所
  - ハートフル多聞 山陽 〒709-0827 赤磐市山陽1丁目6番3号 TEL (086) 958-5511 FAX (086) 958-5512
    - 山陽多聞荘デイサービスセンター
  - ハートフル多聞 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 33 TEL (086) 952-5200 FAX (086) 952-5203
    - サービス付き高齢者向け住宅 □小規模多機能型居宅介護
    - ハートフル多聞キッズルーム □ハートフル多聞スマイルキッズ
    - 訪問介護 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 12-1 TEL (086) 952-2288 FAX (086) 952-5512
    - ハートフル多聞指定居宅介護支援事業所 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 36-1 TEL (086) 952-5020 FAX (086) 952-0058
    - ハートフル多聞相談支援事業所 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 36-1 TEL (086) 230-2250
    - グループホームハートフル多聞 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 12-7 TEL (086) 952-9600
  - ハートフル多聞 備前 〒705-0025 備前市鶴海 2401 TEL (0869) 65-8975 FAX (0869) 65-8234
    - 盲養護老人ホーム備前多聞荘 □特別養護老人ホーム備前多聞荘
    - 備前多聞荘ショートステイセンター □備前多聞荘訪問介護 □備前多聞荘相談支援事業所

発行：社会福祉法人 天摂会 編集：イベント委員会 新聞に関するお問い合わせは 086-953-0011 事務局まで

月刊たーくんはデイサービスの利用者の方が三つ折りにしてくれています。2023年4月号

# 社会福祉法人 天摂会

Instagram  
はじめました!



TENSETSUKEI\_TAMON

# 月刊 たーくん

2月に計画していたチョコレートフェスティバル会を無事に開催することが出来ました  
 皆さん「こんなの生まれて初めてした！」と戸惑われながら、フルーツやお菓子を  
 チョコレートにつけられていました。おいしく楽しんでもらったので良かったです(^\_^)



## ケアハウス



### 特別養護老人ホーム備前多聞荘

3月は、ひな祭りを行いました！！  
箱の中身当てゲームを職員・利用者様に行い、「これは何だろう？」

「あっ！！わかった！！」と言われながら、笑顔が見られていました！！  
ゲーム後は、「うれしいひなまつり」を全員で歌い、おやつを食べて頂き「美味しい！！」ととても喜ばれていました！！



### 盲養護老人ホーム備前多聞荘

入居者様と一緒に、七段の立派なひな壇を飾りました。  
視覚障害のある方も雑飾りに触れ、「大きいなあ」「うちにもあったんよ。」と話しが弾み、皆さんとても良い表情で、飾りつけをされていました。



### 多聞荘デイサービスセンター



桜の壁画が完成しました。花紙で花を手作りし完成に2か月かかった力作です！  
今年もひな祭りの記念撮影をしました。お雑様の前に集まり、おしゃべりに夢中になって楽しい時間を過ごすことができました。

### 山陽多聞荘デイサービスセンター

今月はひな人形の折り紙作りを行いました。そして、山陽多聞で盛り上がったのは、WBC待丁Japanの応援に皆さん力が入ります。  
最後のアメリカ戦は真剣な表情で観られていました。  
待丁Japan優勝おめでとうございます！！



### 特別養護老人ホーム多聞荘

今日再度、感染対応となりそれぞれ居室で過ごしていただくこととなりました。  
そんな中、雑祭り弁当がとても華やかで皆さんの心が少し晴れていたように思います(\*´ω`\*)

1日でも早く皆さんの体調が良くなり笑って過ごせる日がくることを願って頑張らしましょう☆



暖かく気候の良い日々が続いてきました。ハートフルでは春の訪れを美味しい食事とともに楽しみました。  
地域の美味しいお寿司屋さんのご馳走で皆さんとても美味しく食べていました。

### ハートフル多聞