

ほのほの塔南

2024年(令和6年)1月号(No.44)

作成：広報委員会 井上武則

明けましておめでとう
ごんごんまわす

社会福祉法人 京都福祉サービス協会

総合福祉施設 塔南の園

〒601-8445

京都市南区西九条菅田町4-2

TEL 075-662-2731

FAX 075-662-2735



とうなんのその

<http://www.tounan-no-sono.or.jp>

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えの事とお慶び申し上げます。旧年中は、「総合福祉施設塔南の園」の事業運営に格別のご理解・ご支援を賜りありがとうございました。こうして無事新春を迎える事ができましたことを心より御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが5類となり、これまでの制限が徐々に緩やかになってきました。しかしながら、当施設は、感染する可能性が高いご利用者様が多数いらっしゃることから、一般に比べますと緩やかに、少しずつ安全を確認しながら、制限を解除してまいりました。そして、入所施設におきましても人数制限等がありますが、ようやく居室で面会をしていただけるようになりました。また、施設内で夏祭りや、施設の開設記念行事である塔南祭という大型行事、併設の児童館の子どもたちとの交流はまだ一部ですが、再開して実施することができました。

今年は、「辰年」です。この勢いに乗り、空高く昇ろうとする龍のように、更に制限を解除してコロナ前と同じ生活を取り戻せるような勢いのある、そして3年後に迎える開設30周年の礎となる一年にできるよう、努めてまいります。

最後に、ご入居の皆様はじめ、当施設をご利用いただく皆様の「くらしに笑顔と安心を」お届けできるよう、職員一丸となって質の高いサービスを目指して運営してまいりますので、本年も変わらぬご支援を賜りますよう、お願い申し上げますとともに、皆様にとって、幸せな一年となりますよう心からお祈り申し上げます。



塔南祭（開設記念イベント）



12月1日、塔南祭(塔南の園開設記念イベント)を開催しました。施設内の各ユニットが工夫を凝らして入居者様をもてなしいたしました。皆様楽しんでくださいました。



まっちゃんと歌おう&イルミネーション点灯式



お正月レクリエーション



習字や生け花をしました。

綺麗に生けられました。



施設栄養士おすすめ！季節メニューのご紹介

〈お正月に余ったおもちで作る、“お手軽ぜんざい”〉

皆さんご存じの通り、おもちはお米からできていますので、栄養素は炭水化物のみです。

しかし、この炭水化物には、身体を動かすためのエネルギーになる働きがあります。不足してしまうと、集中力が低下したり、疲労を感じやすくなってしまいうことも。また、右記のような嬉しい効果もあります。

☆消化に時間がかかるので、腹持ちがいい。

☆粘り気があり、噛む回数が増える事で、小顔効果が期待できる。

今回は、お正月に余ってしまいがちなお餅のアレンジレシピ“簡単ぜんざい”をご紹介します。小豆を使うことで、たんぱく質や食物繊維、動脈硬化の予防になるポリフェノールを摂る事もできますよ。栄養満点のお手軽おやつ、是非作ってみてください。

〈材料〉*1人分

餅 2個

あずき缶

100g

水 150cc

塩 少々

〈作り方〉

① あずき缶と水、塩を加え、弱火で3分ほど加熱する。

② 餅はお好みの焼き方で焼く。

③ ①を器に盛付け、焼いた餅をのせて完成！！

