



武蔵野市立高齢者総合センター デイサービスセンター

公益財団法人 武蔵野市福祉公社

TEL：0422-51-2933（直通）

FAX：0422-51-1982 URL：<https://fukushikosha.jp/>



**卯月(うづき)** 4月の別名・卯月は卯の花が咲く月ということでつけられました。

入学式や入社式、進級や新年度など新しい生活が始まる月。期待に胸を膨らませて一步を踏み出す時期です。みなさまもフレッシュな気分で過ごしましょう！

## 高齢者総合センター方波見所長より

暖かい日が続き、お花見の季節になりました・・・と言いたいところですが、近年、桜の開花はどんどん早くなり、今年はなんと3月14日！それも全国一番で、観測史上一番早い開花と並んだそうです。

皆さんにこのお便りをお渡しするころにはすっかり葉桜かもしれませんね。

春本番を迎える4月は過ごしやすく、以前はセンターでもお花見や外食会等を計画し、皆さんで楽しい時間を過ごしましたが、コロナ禍ではすべて中止せざるを得なくなりましたが、5月8日からは、感染症基準が2類から5類になることが決まり、ようやく出口が見えてきています。まだまだ注意は必要かとは思いますが、センターでも今まで中止していた外出行事等を再開できるよう検討を始めましたので、もう少しお待ちいただき楽しみにしててください。

## 祝日営業のお知らせ

- 4月29日(土) 昭和の日・・・営業します
- 5月3日(水) 憲法記念日・・・営業します
- 5月4日(木) みどりの日・・・営業します
- 5月5日(金) 子供の日・・・営業します

## 苦情・相談窓口

センター長 富田尚美  
51-2933

サービス向上のために、  
お気軽にご連絡ください。

## 「きょうはおいしいひなまつり」

3月3日ひなまつりの行事で、家族そろってお祝いのお膳を囲った思い出を話しながら、みなさまと一緒に紙でちらし寿司を作りました。お好みのちらし寿司の具を伺うと、錦糸卵、椎茸、蓮根、桜でんぶ、絹さや、海老、鯛、いくら等々ご家庭の味がたくさん聞かれました。具の並べ方や色の配置まで工夫を凝らす声があちらこちらで聞こえ、色とりどりのちらし寿司が完成しました。みなさまからは「おいしそうにできあがった」「楽しかったわ～」との声が聞かれました。

昼食は、ひなまつりメニューのちらし寿司。ご利用者のみなさまから「とてもおいしかったわ。」「作ってくださった方にお礼を言いたいわ」など、とても好評でした。




## 介護職員 北畠由理のつぶやき

「ふるさと納税」を利用して、高知の漁協から船上で神経締めをしたお魚1箱を注文しました。神経締めは、従来の締め方よりも鮮度が長持ちするという事で届いた”わらさ、さごし、鰹、太刀魚”は生き活きとして、目も澄み渡り、お刺身で食べてみると…コリコリとした食感。スーパーのお刺身では味わえない美味しさに家族みんなで感動しました。

捌いたことのない太刀魚は夫婦でYouTubeを駆使して捌き方を勉強し、無事に切り分けることができました。さごしは軽くバーナーで焙ると風味と甘さが引き立ちました。新鮮な魚を焼いたり、煮たり、存分に楽しみました。

# 4月プログラム

※プログラムは都合により変更になる場合がございます。

日	月	火	水	木	金	土
						1
						はつらつ いきいき体操
						ゲーム/工作
2	3	4	5	6	7	8
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操
	音楽 ペン習字	美術 手芸	絵手紙 音楽	書道 お楽しみ会	陶芸 レクリエーション	ゲーム/工作
9	10	11	12	13	14	15
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操
	音楽 ペン習字	美術 手芸	絵手紙 音楽	書道 お楽しみ会	陶芸 レクリエーション	ゲーム/工作
16	17	18	19	20	21	22
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操
	みんなの音楽会	美術 手芸	絵手紙 音楽	書道 お楽しみ会	陶芸 レクリエーション	ゲーム/工作
23	24	25	26	27	28	29
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	昭和の日(開所) はつらついきいき 体操
30	音楽 ペン習字	美術 手芸	絵手紙 音楽	書道 お楽しみ会	陶芸 レクリエーション	ゲーム/工作

ペン習字・手芸・絵手紙・書道・陶芸は材料費がかかります。

金曜日の陶芸はコロナ対策でお休みしています。

※4月17日(月)はみんなの音楽会です。

※4月29日(土)は昭和の日は祝日ですが営業いたします。



見学はいつでも受け付けておりますので、  
お気軽にご連絡ください。

デイサービスセンター  
0422-51-2933