紀泉の里

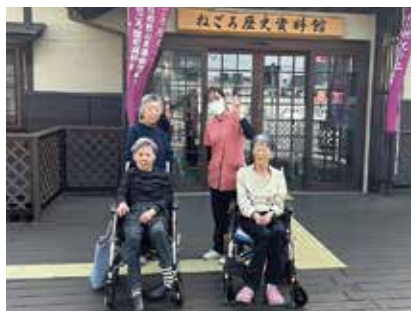
紀泉の里通信

Vol.6　2025年4月発行
医療法人 富田会
通所サービス紀泉の里
http://tomita.or.jp/kisen/

紀泉の里
ホームページ

あじさい苑　お花見 2025

３月２５日に『道の駅ねごろ歴史の丘』へ花見に行ってきました。少し早かったですが、所々が咲き初めていてほんの少しでしたが、さくらを満喫できました。久しぶりの楽しいドライブでした。



たんぽぽ苑　令和６年度ふれあい作品展

和歌山県社会福祉協議会主催の『令和6年度ふれあい作品展』が1月28日（火）～2月1日（土）まで和歌山ビッグ愛1階展示ホールで開催されました。

今年のたんぽぽ苑は31名の作品を出品しました。
開催期間中4回に分かれて皆さんで見学に行ってきました。

料 金 表

お試し体験随時受付中！お気軽お問い合わせください！

	要支援１	要支援２	要介護１	要介護２	要介護３	要介護４	要介護５	食事代／宿泊代
コスモス苑 ※1・2	月額 2,541円	月額 4,747円	日額 828円	日額 977円	日額 1,119円	日額 1,289円	日額 1,455円	昼食 589円
たんぽぽ苑 ※1・3	月額 2,260円	月額 4,329円	日額 930円	日額 1,064円	日額 1,200円	日額 1,335円	日額 1,469円	昼食 609円
あじさい苑	月額 5,328円	月額 9,365円	月額 13,365円	月額 18,989円	月額 26,998円	月額 29,655円	月額 32,556円	朝食 363円／昼食 589円 夕食 649円／宿泊代 1,900円

※　上記金額は負担割合が1割の方のケースです。詳細は各苑へお問い合わせください。
※1.　上記金額は9:00から15:00まで6時間サービスを利用した場合の金額です。
※2.　上記料金には、食事代、入浴代、リハビリマネジメント加算、科学的介護推進体制加算は含まれておりません。
※3.　上記料金には、食事代、入浴代、生活機能向上連携加算は含まれておりません。

コスモス苑　お箏コンサート

２月13日･14日の2日間にわたってお箏のコンサートを開催しました。

当日は田口真澄さん･濱ノ上裕香子さんのお二人による演奏で、箏の定番『春の海』をはじめ、知床旅情、ハナミズキなど懐かしい曲やヒット曲などたくさんの演奏していただき利用者様もスタッフもとても癒されていました。

また、色々な民族楽器等もお持ちいただき、説明を受けて驚いたり、みんなで演奏してみたりと、とても楽しい時間を過ごすことができました。

お越しいただいた、田口さん、濱ノ上さんありがとうございました。

右のQRコードからコンサートの様子がダイジェスト版でご覧いただけます。▶

リハビリ通信（VOL.4）

Let's コスモス元気体操！ 足Ver

はじめる前に…・・

体調不良・痛みがある場合、無理に行うのはやめましょう。

動かない椅子に腰かけ、両足を床にしっかり付け、背もたれにもたれずに行います。

各運動は10回ずつ2～3セットを体調に合わせて行います。

開始姿勢

①ももあげ

②膝伸ばし

③両足開き・閉じる

④ついすと

難易度UP　少し物足りない方向け

(1) 両ひざのばし

(2) 両ももあげ

3秒間あげて、おろすを繰り返す。
椅子のふちをしっかり持って行う。
息はこらえずに呼吸をしながら行う

季節のレシピ通信（VOL.3）

管理栄養士：伊藤

フルーツ大福

春の果物はイチゴやキウイなど彩り豊かなものが多いです。お菓子や料理を作る際にはぜひ彩りを活かしましょう。しっかりとした甘みや酸味も特徴的で、豊富な栄養素が含まれています。

【春が旬の果物】
いちご・デコポン・八朔・キウイ
びわ（4～5月）・グレープフルーツ（4～5月）

【材料】（6個分）
お好みのフルーツ
（いちご・みかん・キウイ等）
【生地】
上新粉 75g･ 白玉粉 25g
水 125ml・砂糖 30g
こしあん180g・打ち粉（片栗粉）適量

【作り方】
1. イチゴのヘタをとり、キウイとみかんは皮をむく。一口大にカットする。
2. 耐熱ボウルに上新粉、白玉粉、水、砂糖を入れ、よく混ぜる。
3. ラップをしてレンジで 500W、2 分30秒加熱する。
4. 麺棒や木べらなどでよく練り、再びレンジに 500W、1 分かけてさらによく練る。
5. 再びレンジに 500W、30 秒かけてつやが出るまでよく練る。
6. バットに打ち粉（片栗粉）を広げ、生地にまぶしておく。
7. こし餡を6個に簡単にまるめ、フルーツを餡で包む。（いちごは上部がはみだす）
8. 6の生地を6個に小分けし、手に片栗粉をつけてまるめる。手で広げながら中央を厚めに、周囲を薄めにのばす。
9. 8を7の餡にかぶせ、底側で生地を指先でつまんでとじる。

編集後記

春の訪れとともに、新たな息吹の季節となりました。利用者様との交流の中で、心温まる瞬間が増えてきました。春の陽気の中での外出支援は、特別な体験となり、心身のリフレッシュにつながります。

私たちの役割は、ただ日常生活を支えるだけでなく、利用者様の生活の質を向上させることだと改めて感じています。

利用者様一人ひとりの声に耳を傾け、心に寄り添う介護を実践していく所存です。

紀泉の里マネージャー　宮井伴起

※掲載している写真はあらかじめお一人おひとりに同意をとっております。