

# ショートだより

新年、明けましておめでとうございます。今年も当苑をよろしくお祈ります。

さてコロナ禍も三年経過し、そろそろ新しい段階へと移っている実感がありません。私事ではありますが、この間趣味のマラソンも、大会中止が相次いでしまい、目標を失っていました。しかし、それではいけないと思い、月間百キロを目標に、週四回以上は走るようにしてきました。実際に百キロ走る事ができたかとは想像にお任せしますが、それでも暑い日も、寒い日も、挫けそうになりながらもコツコツと続けて来ました。

コロナ第七波が終わって、昨年から少しずつ大会が開催されるようになってきました。そこで、私も来月大会にエントリー致しました。この大会では目標タイム「五時間」を十分でも短縮できるように頑張つて来ます。またご報告いたします。

施設長 鈴木 喫

## 1月号

2023年1月1日

発行 長上 苑

ショートステイ

浜松市東区中田町

584

☎ (053) 411-0011

NO. 200

### 中華ランチツアー



十一月十五・二十二日の両日、湖東町にあります「浜木綿」へランチツアーに行つて来ました。同店へは、六月にもお邪魔しておりますので、今回が二回目の訪店となります。

「浜木綿」はメニューが豊富で、参加された皆様もメニュー表を見ながら何にしようか、時間をかけて悩んでおられました。悩んでおられる方の傍らで、「ラーメンと餃子のセットをお願いします」と、中華の定番メニューを早々に希望された方もおられました。

全ての方がセットメニューを注文されましたがかなりのボリュームでしたので、最初は全部召し上がる事ができるか心配でした。そんな心配をよそに、ほとんどの方がぺろりと平らげてくださいました。コロナ禍ですので会話は控えてきましたが、楽しいランチタイムでした。

### 忘年会



例年、十二月の夕食時に、ご利用者の皆さんと鍋を囲んで忘年会を行っております。忘年会ではご利用者と職員が同じ鍋を囲んで、行く年を振り返ったり、ビンゴゲームを行ったりと、楽しい時間を過ごしていました。

ところが三年前からはコロナの影響で鍋を囲んでの忘年会はできませんでしたが、栄養課の職員で色々と試行錯誤して、ご利用者に喜んで頂くことができる内容で行ってきました。

先月六日は、その忘年会でしたが、今回はお寿司をお出ししました。でもやっぱり忘年会は鍋です。早く鍋を囲める日が早く来ることを祈っております。

### イベントのお知らせ

令和五年一月

喫茶開店日

十一月二十七日

初詣ツアー（小國神社）

十八・二十五日

手づくりおやつ 二十二日

### 編集後記

介護保険は三年に一度改正されていますが、来年は医療保険との同時改正の年でもあります。どうやら、軽度者のデイ、訪問介護を対象から外す事や、居宅介護支援費の一部負担金の導入については先送りされる見通しとなりましたのでホッとしておりますが、あくまでも先送りなので今後注目していく必要があります。

さて今月は初詣ツアーで小國神社へ参拝に行つてきます。帰りに「ことまち横丁」での買い物も予定していますので、皆様のご参加お待ちしております。

施設長 鈴木 喫