

# 「マリン・ハウス」通信

令和6年3月号



## 楽しいひなまつり会

すっかり春めいてきた今日この頃、マリン・ハウスではフレンス九十九里との合同で「ひな祭り会」が開催されました。女性が主役となるこの日、色鮮やかな着物に身を包んだ女性利用者様達が、会に花を添えていました。それぞれに華やかで愛らしく、美しいその姿に、男性陣も思わず見惚れてしまうご様子でした。ピアノの生演奏で「うれしいひなまつり」や「さくらさくら」などが流れる中、それに合わせた素敵な踊りも披露され、会場は大いに盛り上がりました。豪華な七段飾りをバックにした撮影会や、後半には



カラオケ大会などのレクリエーションもあり皆さん楽しめました。この日の食事にはちらし寿司を主体とした「ひな祭りメニュー」や、おやつには桜饅頭が提供されました。目や耳だけでなく、味覚でもひな祭りを存分に楽しむことができ、皆さんに「雅」な雰囲気を感じていただけた一日となりました。

## 九十九里菜園～収穫を目指して～

フレンス九十九里では、グループホームに隣接する広い敷地を利用して菜園を行っています。自分たちで手を掛けた野菜の味はとても美味しく、収穫した冬野菜の大根は皆さんに大好評で、喜んで召し上がっていただきました。今回、春・夏の収穫に向け、キャベツや五月豆、春蒔き大根にほうれん草等様々な野菜を育てるため、土づくりから再度取り組みました。畑の面積を拡張し、深く・大きく根を張ることができるように畑を耕し直し、柔らかくなった土に、皆さんで「大きく、美味しく育ちますように！」と、大事に種を蒔きました。美味しい野菜を育てるためには、日々の水やりや雑草の処理など、大変な事もたくさんありますが、収穫の楽しみに向けて皆さんで大切に育てていきたいと思ひます。



最近のメニューは麻婆豆腐です。お腹の中から「温かさ」を、お口には「とろける様な旨味」を、そして利用者様の「にっこり笑顔」の三重奏。厨房の職員さんの努力が報われる瞬間です。

## 心にもお腹にも温かい料理を

三寒四温とはよく言ったもので、寒暖差の大きいこの季節、健康管理には色々とお気を遣います。とようみ工房では、脱ぎ着し易い羽織ものの用意を呼び掛けています。備えあれば憂いなしです！まだまだ寒いこの時期、とようみ工房の食堂では厨房で働く職員が、出来立て熱々の食事を皆さんに提供すべく奮闘しています。本日のメニューは麻婆豆腐です。お腹の中から「温かさ」を、お口には「とろける様な旨味」を、そして利用者様の「にっこり笑顔」の三重奏。厨房の職員さんの努力が報われる瞬間です。



最近のメニューは麻婆豆腐です。お腹の中から「温かさ」を、お口には「とろける様な旨味」を、そして利用者様の「にっこり笑顔」の三重奏。厨房の職員さんの努力が報われる瞬間です。



暖かな春の訪れが待ち遠しい日々ですが、この時ばかりは寒い季節だからこそこの楽しみを皆さん味わっていただきました。

## 災害に備えた訓練を行いました

グループホームなぎさ苑・たま工房・フレンス東金では火災と地震を想定とした避難訓練を行いました。利用者様は避難経路の確認と避難時の行動手順を学び、職員は各自の役割の確認と利用者様を安全かつ迅速に避難誘導ができることを目標として訓練をしました。職員の地震発生を知らせる掛け声とともに、みなさん一斉に机の下へ潜られ、出来るだけ机の下に身を隠すために、小さく縮こまったり、お互いに場所を譲り合ったりと、「身を守るためにはどうしたら良いのか」を考え、真剣に取り組まれていらっしゃいました。また、火災を想定して煙を吸わないように口元を抑えての避難行動や、消火器の扱い方を確認し、初期消火の仕方なども学びました。最近では千葉県東方沖を震源とした地震が活発化しており、今後もまだまだ大きな揺れが心配される状況です。地震も火災も日頃からの災害に対する心構えや備えが重要です。いざという時、落ち着いて適切な行動をとれるよう、今後も定期的な訓練を行っていきます。



【お問い合わせ先】  
自立支援センター マリン・ハウス  
千葉県大網白里市南今泉 4832-7  
TEL : 0475-77-1066  
FAX : 0475-77-1067  
MAIL: marinehouse@purple.plala.or.jp

随時見学体験相談受け付け中！！

<http://marinehousechiba.wix.com/home>