

新しい年を迎えましたが、今年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。  
お正月といえば初夢が浮かびますが、古くから"一・富士、二・鷹、三  
なすび"がめでたいとされています。もし、悪い夢を見た場合は、  
夢の絵を川に流すとよいそうです。  
お正月が過ぎててもまだまだ寒風が身にしみるこの頃です。



12月27日(金) 皆、一生懸命、杵で餅をついてました☆

もちつき



1月14日(火) おやつに白玉ぜんざいをつくりました♪

おやつ作り



下ごしらえもバッチリです。

ぜんざい



餅はかむ力や飲み込む力の低下した方にとっては危険な食べ物。白玉は小さめに作ると高齢者でも比較的  
安全です。水のかわりにお豆腐を混ぜると冷めても固くならない安全でフワフワの白玉に♪

皆さん、出来上がったぜんざいを美味しそうに召し上がっていました。

● こんな方がおられたら「ショートステイえんじゅ」にお問合せください ●



白内障・緑内障の手術前の点眼管理が自分では難しい



退院したけど一人では不安



夫婦二人暮らしで不安  
もしくは老老介護で休息したい

ご夫婦でご利用されている方も多いです♪(居室は別々です)

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
※アビリティは、ご利用人数や状況によって 内容を変更することがあります。						美容の日
頭の体操の日	運動の日	美声の日	節分	美容の日	運動の日	美声の日
9	10	11	12	13	14	15
運動の日	美容の日	建国記念の日	美声の日	バレンタインおやつ作り	頭の体操の日	美容の日
16	17	18	19	20	21	22
頭の体操の日	運動の日	美声の日	美容の日	頭の体操の日	運動の日	美声の日
23	24	25	26	27	28	29
天皇誕生日	振替休日	頭の体操の日	美声の日	運動の日	頭の体操の日	美容の日
頭の体操の日	美容の日	手足浴の日	映画鑑賞の日	運動の日	お散歩の日	美声の日
計算問題、間違いさがし等	一緒にいろいろ作りましよう	手足を温めて"ホット"ひと息	いろんな映画を楽しみましょう	楽しみながら体を動かそう!	のびのびに出かけてみよう!	なじみの歌をみんなで歌いましょう!
おやつ作り	楽しく作って食べよう!	美容の日	マニキュアや爪磨きで指先からおしゃれに			

ご家族の方へ 急用があるとき、休息したいとき、ショートステイをご利用ください!

アミューズ富永  
ショートステイ  
えんじゅ

穏やかであたたかい「もうひとつの我が家」

## ショートステイえんじゅ

〒702-8031 岡山市南区福富西3-499-1  
岡電バス「福田公会堂前」バス停より歩3分

アミューズ富永 検索

ご見学受付中

☎ (086) 250-1511

担当 島村(相談員)

富永薬局のおすすめ

<こんな方におすすめ>

- ・食が細いシニアの方に
- ・便秘の予防・解消に
- ・風邪などで免疫が落ちたときに
- ・妊娠期、授乳期の健康管理に
- ・ダイエット中のおやつに
- ・お肌のハリツヤを維持したい方に

腸内環境の改善に効果も! 疲労回復から美肌まで、嬉しい効能いっぱい!!  
“飲む点滴” 1日1杯の甘酒で健康習慣

米麹と米のみでつくった本格甘酒。100%国産原料に、麴と発酵にこだわる造り酒屋の技術で醸された「国菊あまざけ」は、濃厚でふくよかな味わい。甘酒には麴菌によって作られたブドウ糖が20%以上、総合ビタミン類、必須アミノ酸も豊富に含まれ、「飲む点滴」とも言われます。腸内環境を改善し、血行と代謝の促進で便秘解消・美肌効果も。また、麴菌に含まれる酵素には抗酸化作用が確認されています。



お買い求めは、お近くの富永薬局各店で。  
「ショートステイえんじゅ」、「デイサービスえんじゅ」でもご注文を承ります。



株式会社篠崎  
国菊 あまざけ(甘酒)  
985g 750円(税別)