



メンズクッキング

参加者 男性

所要時間

準備・調理などで約1時間
食事に30分～1時間

ねらい

男性はほとんどの人が家庭では料理をしないが、「食べることが好き！」ということは皆に共通している。限られた時間内で形になり、最後には「美味しかった」という満足感が得られる。台所は普段なじみがないところだけに、料理をすることが挑戦という刺激となる。

これまでに作った料理

炊き込みご飯＋お味噌汁・ぜんざい・カレーライス＋サラダ・春色ちらし寿司・おいなりさん・さつまいもトリュフ・やきそば・関東風桜餅 など

持ち帰ることができるため家族からも大好評でした！

☆一番人気のあった“関東風桜餅”☆

作り方



- 1 ボールに白玉粉を入れ、水を少しずつ加えながら混ぜる。
- 2 薄力粉と砂糖を加える。
- 3 食紅を加える。
- 4 ホットプレートにうすくのばして焼く。



- 5 きれいな面を下にしてあんこをのせる。

- 材料、調理内容はシンプルなものに。
- 季節感も時には意識。



- 6 半分に折りたたみ、桜の葉でつつむ。

- 声かけをまめにして、上手にフォロー。とにかく楽しく!!!



材 料

など

白玉粉・薄力粉・水・食紅・こしあん・塩・塩漬けの桜の葉と花びら

これまでに作ったものです



お土産用にこうやって
持ち帰りました



参加者の声



男性参加者

- 普段やらないけど、
なかなかできるもんだなあ。
- おいしかった!!!
- やれば料理もできるよ。

スタッフの声

- 家でも手伝えるよね。

家族の声

- 家ではなにもやらないのに今度手伝ってもらおうかな。
- 意外だね。お父さん、家でも作って!!!

注意点

- 衛生面への注意。
- 包丁や火を使用する際はけがに注意。
- なるべく火を使わずに、電子レンジ、ホットプレート、炊飯器などの
電化製品で代用。
- 包丁のかわりにはさみを使うことでスムーズに。





足湯を楽しもう

参加者 男性・女性

所要時間 徒歩20分・入浴30分

ねらい

近くに足湯があり安価に利用できる。
環境をかえることにより刺激を与えることができ、デイケアに
変化を持たせることができる。また、血行もよくなる。



●他のお客さんに迷惑が
かからないように注意！

●服が濡れないように注意！



●風邪をひかないように注意！





参加者の声



男性参加者

【足湯中】

● すごく気持ちよい。温まる。

【足湯後】

● ぽかぽかするね！



女性参加者

【足湯中】

● 気持ちよい。落ち着くね。

【足湯後】

● 体全体がぽかぽか温まる感じ。

スタッフの声

プラスアルファ

● +αは、散歩と帰り道のソフトクリーム。



注意点

● 初めて入るとき、不安が強い利用者がいた。

参加者 男性・女性・それぞれのご家族

所要時間 3時間程度

ねらい

- 季節の行事を催すことで、季節感を感じることができる。
- 普段から（季節の）オブジェなどの制作を協力し合って進めているので、男女合同で行事に参加する際、情報交換などができる。
- ご家族も一緒に参加できるイベントなので、ご家族の意見交換もできる。
- ご家族にも日頃の活動の様子や、ご本人と他者との関わりの状況や、会話なども知ってもらえる。
- 花見や遠出など、いつもと違った場所での活動は気分転換になる。
- クリスマスパーティなどは分担で料理を作るので、サブメニューが沢山できて、自分たちが料理したという充実感が生まれる。

クリスマスパーティ

- 1 スタッフの受け持ちの料理を決めておく
- 2 料理の内容により、得意なところを担当してもらう
- 3 料理は事前に自分たちで作っておいた牛乳パックトレイなどに分ける
- 4 みんなで楽しく戴く



社会参加に向けて

ねらい

- 若年性ダイケアの取り組みを知ってもらうことにより、社会に若年性認知症の方の可能な活動や、思いを伝えることができる。
- 取り組みを知った他の機関から声かけがあり、活動場所などの輪が広がる。

