

梅雨もまもなく終わりを迎え、夏本番が近づいてきました。この時期は熱中症や夏風邪予防のため、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給をすることをお勧めします。まほろばでは、この7月の暑さに負けないように、様々なイベントをご用意いたしましたので、皆様のお越しをお待ちしております。



津島デイサービス

食レク(クレープ)



生地を薄く焼いたらトッピングして出来上がり。薄い生地を反すのはなかなかコツがいるようで皆様楽しそうに挑まれています。



パン教室



今回はあんパンを作りました。シンプルながら人気の高いパンで皆様おいしそうに召し上がられました。

腹話術



腹話術でのお話や体操を利用者様のすぐ近くで披露していただい、皆様楽しそうに微笑まれました。

書道教室



真剣な表情でお手本をみて書かれのほかに墨のにおいがたち込めます。集中して完成させた作品はどれもとてもお上手でした。

ボーリング大会



同点決勝が行われる白熱の第一回大会。お店のボーリングとはまた勝手が違い難しいですね。そんな中、見事上位入賞された方には景品と拍手が送られました。

ひまわり会



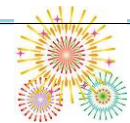
フルーツ



6月のお誕生日の方



おめでとうございます！



7月 8月 行事予定

ボランティアさんや、食レク、行事食についての予定です。

津島デイサービス

7月	5日(火)	食レク
7月	6日(水)	オカリナ
7月	7日(木)	まほろば御膳、書道教室
7月	8日(金)	お抹茶会
7月	10日(日)~16日(土)	お誕生日週間
7月	11日(月)	ひまわり会
7月	12日(火)	書道教室
7月	13日(水)	フルート
7月	14日(木)	コーラス
7月	19日(火)	まほろば御膳
7月	20日(水)	パン教室
7月	21日(木)	お抹茶会
7月	22日(金)	スイカ割り
7月	26日(火)	独唱服部様
7月	27日(水)	食レク
7月	29日(金)	書道教室
7月	30日(土)	まほろば御膳

8月	3日(水)	大当郎4周年記念まほろば御膳
8月	4日(木)	律&敏
8月	5日(金)	食レク
8月	8日(月)	ひばりの会、お抹茶会
8月	9日(火)	書道教室
8月	10日(水)	オカリナ
8月	12日(金)~18日(木)	お誕生日週間
8月	19日(金)	まほろば御膳、書道教室
8月	20日(土)	食レク
8月	23日(火)	お抹茶会
8月	25日(木)	夏祭り
8月	27日(土)	パン教室
8月	28日(日)	お抹茶会
8月	29日(月)	まほろば御膳
8月	30日(火)	食レク
8月	31日(水)	書道教室

津島ショートステイ

7月	7日(木)	まほろば御膳
7月	13日(水)	食レク(七夕ゼリー)
7月	19日(火)	まほろば御膳
7月	30日(土)	まほろば御膳

8月	3日(水)	大当郎4周年記念まほろば御膳
8月	19日(金)	まほろば御膳
8月	22日(月)	食レク
8月	29日(月)	まほろば御膳

愛宕デイサービス

7月	4日(月)	食レク(わらび餅)
7月	7日(木)	まほろば御膳、ボラ・フルート
7月	8日(金)	食レク(わらび餅)
7月	11日(月)	ボラ・ぬり絵
7月	12日(火)	ボラ・影絵
7月	13日(水)	ボラ・琴吉会
7月	14日(木)	愛宕ランチ
7月	15日(金)	ボラ・習字
7月	16日(土)	パン教室(オニオハ・コンソールハ・ソ)
7月	19日(火)	まほろば御膳
7月	20日(水)~26日(火)	お誕生日週間
7月	20日(水)	ボラ・ひまわり
7月	21日(木)	ボラ・ひばりの会
7月	26日(火)	愛宕ランチ
7月	27日(水)	食レク(わらび餅)
7月	28日(木)	パン教室(オニオハ・コンソールハ・ソ)

7月	29日(金)	お抹茶会
7月	30日(土)	まほろば御膳

8月	3日(水)	大当郎4周年記念まほろば御膳 ボラ・ティンカーベル
8月	4日(木)	食レク(かき氷)
8月	8日(月)	パン教室(メロンパン)
8月	10日(水)	食レク(かき氷)
8月	11日(木)~13日(土)	夏祭り
8月	17日(水)	ボラ・オカリナ
8月	19日(金)	まほろば御膳
8月	20日(土)~26日(金)	お誕生日週間
8月	27日(土)	食レク(かき氷)
8月	29日(月)	まほろば御膳
8月	30日(火)	お抹茶会
8月	31日(水)	パン教室(メロンパン)

大当郎デイサービス

7月	4日(月)	食レク(わらび餅)
7月	6日(水)	ヘッドマッサージ
7月	7日(木)	まほろば御膳
7月	9日(土)~15日(金)	お誕生日週間
7月	12日(火)	パン教室
7月	13日(水)	キーボード
7月	14日(木)~16日(土)	工作レク (クルミボタンでストラップ)
7月	18日(月)	絵手紙
7月	19日(火)	まほろば御膳
7月	21日(木)~22日(金)	外出レク
7月	23日(土)	四つ葉フレンド
7月	27日(水)	習字

7月	29日(金)	スイカ割り
7月	30日(土)	まほろば御膳
8月	1日(月)	4周年記念<夏祭り>
8月	3日(水)	大当郎4周年記念まほろば御膳
8月	10日(水)	食レク(和風パフェ)
8月	11日(木)	松谷スマイル会
8月	12日(金)~18日(木)	お誕生日週間
8月	15日(月)	パン教室
8月	19日(金)	キャンウィンドウアンサンブル まほろば御膳
8月	26日(金)	ヘッドマッサージ
8月	29日(月)	まほろば御膳

大当郎有料老人ホーム

7月	毎週水曜日	「外出レク」
7月	7日(木)	まほろば御膳
7月	12日(火)	パン教室
7月	19日(火)	まほろば御膳
7月	26日(火)	食レク(わらび餅)
7月	30日(土)	まほろば御膳

8月	毎週水曜日	<外出レク>
8月	3日(水)	大当郎4周年記念まほろば御膳
8月	10日(水)	食レク(和風パフェ)
8月	15日(月)	パン教室
8月	19日(金)	まほろば御膳
8月	29日(月)	まほろば御膳

手作りにこだわる 厨房 からです。 7月号

まほろば御膳

6月の行事食



よろしく
お願いします。



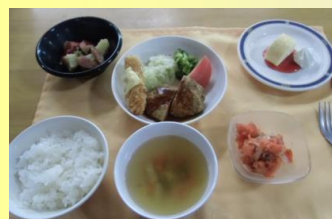
6月1日(水)

お茶ご飯やうなぎの蒲焼き、みかんゼリーなどの静岡県の郷土料理でした。お茶ご飯は、初めて食べる味でおいしかった、うなぎの蒲焼きは皮が少し硬かったが、身がフワフワしており美味しかった、とご好評でした。



6月13日(月)

野菜の五色煮の色彩がもう少し明るい方がいい、柔らかいが味が薄かった、とのご意見を頂きました。紫陽花ゼリーは色合いがきれいで良かった、梅干しと枝豆のご飯は、めったに食べないので珍しいし、食べごたえがあった、献立すべてに対しては、程よい味付けでおいしかったと言って頂きました。



6月25日(土)

エビフライの衣がパリパリしていたし、ソースもおいしかった。ケーキの大きさがちょうどよく美味しかった。ジャーマンポテトの量もちょうどよく、味付けも良く美味しかった、と言って頂きましたが、ハンバーグが少し硬かった、サーモンマリネが少し塩辛かった、とのご意見もありました。

～7月の行事食について～

7月7日(木)は、七夕の日になんだ七夕ちらしです。その他には、トマトや冬瓜など夏野菜を使った料理もご用意しております。

* お酢の効果

お酢を使った料理を食べると、食べ物が胃から腸へと移動する時間を遅くする働きがあります。これによって、食後の血糖上昇のピークを低くできます。

7月19日(火)は、スタミナ満点のうなぎ丼です。里芋の煮っころがしや、さっぱりとしたカニの酢の物もご用意しております。

* うなぎの栄養

うなぎは、古くから強壮食品として、夏の盛りや土用の丑の日などに食べられてきました。体に必要な栄養素がこれでもかというほど含まれています。以前は多すぎると心配された脂質も研究により、体に良い脂を多く含んでいることが判明しました。脂っこいイメージはありますが、体に優しい食材といえます。

7月25日(土)は、この地方の名物もろこ寿司です。いなり寿司と巻き寿司もつきます。その他には、ほうれん草の白和えやデザートには抹茶羊羹をご用意しております。

もろこ寿司は、水郷地域であった愛知県北西部地方の郷土料理です。本来もろこは、「ハレ」の日に食される文化があり、人が大勢集まる時のおもてなし料理として出されていました。

津島ショートステイ



食レク 「水無月」

6月のおやつといったら「水無月」！
京都名物で暑い夏にぴったり。
冷やして頂きました。季節が感じられ
皆さん楽しそうに作っておられました。



6月の お誕生日の方

おめでとうございます！



ショートステイをご利用しませんか！

ショートステイは、ご自宅で介護されているご家族が、一時的に介護することが困難な場合に、短期間で施設をご利用いただくサービスです。1泊からご利用できます。お試しにいかがでしょうか！

こんなときにご利用ください。

ご家族の方が

病気・入院・冠婚葬祭・旅行・介護疲れ

当施設は、

- 1 プライバシーを大切にした **完全個室** です。
- 2 朝・昼・おやつ・夕食は、調理スタッフ自慢の **手作り料理** です。
- 3 お風呂は **準天然温泉** で、お体の状態に合わせた浴槽があります。

詳細につきましては、ご担当のケアマネージャー、もしくは弊社ショートステイの担当までお問い合わせください。 担当：中村、伊藤、鈴木

愛宕デイサービス

パン作り (カレーベーコンロールパン)



写真ではわかり辛いですが、3個の小さくて1個の美味しいカレーベーコンロールなんです！

ボランティア

ティンカーベル



きれいなコーラスに皆さんウットリ。みんな歌詞カードを見ながら一緒に歌いました。

ひまわり

大正琴と素敵な歌声にうっとりです。



琴吉会



外ランチ



“気持ちいい風に吹かれてランチとしゃれ込みましょう！”

生憎お天気悪く、残念ながら外でのランチは出来なかったけど、いつもと違ったメニューに皆さんたくさん召し上がっていただきました。

食レク(クレープ)



クレープの生地をうすく焼くのがコツです。生クリームで果物を包んでチョコをかける！

6月の誕生日の方



おめでとうございます！

こんにちは、ケアマネです。

いよいよ夏本番ですね。これからの季節は特に水分補給が大切になります。こまめに水分補給を行い元気に夏を乗り切りましょう！

今回は、介護用品の中からカップ等をご紹介します。



滑り落ちない大きめのグリップなので、持ちやすいです。



鼻に当たる部分がカットされているので頭をそらすことなく飲むことができます。



コップ内側に傾斜がついているので飲みやすい。ストローをさすことができます。



倒してもほとんどこぼれない。吸った分だけ口に入るので安心。



こぼれにくく持ちやすい。



水分調節器がついています。むせやすい方に。

※他にもたくさんの商品があります。身体状況に合わせてお選び下さい。

訪問介護ステーションまほろばです。

睡眠中は脳や体を休息させるために、代謝量を減らすために体の中の体温が1.5～2℃ほど低下します。逆に冷え性などで手足の血行が悪いと体の中の体温が下がらないので、寝つきが悪くなります。

高齢者の睡眠の特徴は

- 1.深い睡眠が少なくなる
- 2.レム睡眠が少なくなる
- 3.中途覚醒が増える

そこで朝の太陽を十分に浴び、午前中に適度な運動をして体を積極的に覚醒させることまた、布団の片付けや日干しなどをおすすめします。

昼寝(5～20分)：意力の向上や、スタミナを増やしたり、能率を上げる効果がある。

昼寝(20分～30分)：筋肉を和らげてリラックスさせたり、記憶力が向上するといった効果がある。

このように、30分間以内の短い昼寝であれば、午後の眠気予防と夜間睡眠の改善に役立つだけでなく、種々な予防効果をもつ可能性をもっているそうです。

訪問介護ステーションまほろば

TEL 0567-55-9596

サービス提供時間

7:00～22:00

(時間外でもご相談下さい)

土・日・祝祭日も、訪問させて頂きます。

お気軽にご相談下さい。



大当郎有料老人ホーム

食レク(フレンチトースト)



計量から自分たちで・・・

しっかり味がしみ込んだフレンチトーストは軟らかく美味しく出来上がりました。

最後の仕上げに粉砂糖ふり、より一層おいしさの演出が出来ました。

チョココルネ作り



パン生地を巻きつける作業が難しかったです。

焼き上げたコルネに、チョコ Or カスタード好きな物をトッピング！
おいしいと絶賛されて、「焼き立てが一番！」と喜んで下さいました。

外出レク(近隣散策)

久しぶりの気持ちの良い日で風がさわかな日に散歩しました。
ついでに、あおきスーパーに寄り道し、おやつの買い出しをしました。
ついつい大好きなお寿司発見！！



大当郎デイサービス

食レク(フレンチトースト)



皆様慣れた手つきでパンを切ったり、ひっくり返したりしてくださいました。
男女問わず皆さん参加して下さいました。

外出レク(七宝アートビレッジ)



以前、外出で行った七宝焼きへ行き、実際七宝焼きを体験してきました！
色んな色のサンプルがあって皆さん迷いながら作っていました。

パン教室(チョココルネ)



皆さん今までとは違う作り方に戸惑いながら、生地を巻きつけていました。

キャンウイントウアンサンプル



今回は6名の学生の方が来て下さいました。皆さんか聞きやすい演歌や昔懐かしい曲を演奏して下さいました。

6月の誕生日の方

おめでとうございます！

