

# まほろば 新聞 5月号



第98号

平成30年5月1日 発行 まほろば本社  
〒496-0834 津島市南本町二丁目1番地 電話0567(22)5766

藤の花も咲き、緑鮮やかなうるわしい季節となりました。そして早くも夏を思わせるような日射しの強い日もありますね。朝晩の気温の変化で体調を崩さぬようご注意ください。まほろばでは今月も様々なイベントを用意致しましたので、皆様のお越しをお待ちしております。

## 『津島ケアセンターまほろば』 [デイサービス]

今月は各施設の  
外出レク  
特集です。



## 『愛宕ケアセンターまほろば』 [デイサービス]



お天気に恵まれ(17日だけ雨が降りましたが・・・)のんびり散歩してきました。藤の花の香りも楽しみ、皆さんの笑顔も素敵でした。

いつも賑やかで明るい雰囲気です。臨時利用・体験等お待ちしております。

## 『大当郎ケアセンターまほろば』 [デイサービス]



今年は開花が早くバタバタのお花見でしたが、ソメイヨシノの花吹雪を見ながら満開の八重桜を見ることが出来ました。

## 《食レク~手作りハッ橋・フレンチトースト》



《手作りハッ橋》  
出来たてを美味しくいただきました♪



《フレンチトースト》  
丁度いい甘さ加減で皆さん笑顔で完食!

## 津島デイサービス

### ひまわり会



一糸乱れぬ琴の演奏で盛り上がりました♪

## 《アルテムジカ》



さまざまなジャンルの楽曲をご披露いただきました♪

## 水墨画

丁寧なご指導のもと皆さん熱心に取り組まれています!



## 《まほろば庭通信》



今年も苺が実りました!季節のお花も満開です♪

## ハーモニカ

間の小話も面白く、沢山のアンコールにおこたえいただきました♪



## 4月の誕生日の方

おめでとうございます。



「手作り」にこだわる  
「食材」にこだわる  
「味」にこだわる

# 厨房

からです。

5月号

4月の行事食

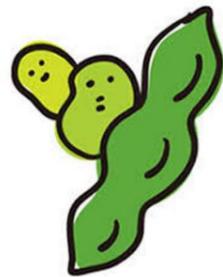


4月9日(月)  
筍、山菜などの春野菜の天ぷらの食時でした。

4月25日(水)  
鯖の磯辺揚げをメインとし、春の食材を使用したお食事でした。

→どちらも春らしい彩りで、美味しかったと好評でした。そら豆とじゃがいも煮のそら豆が煮すぎていたとご意見を頂いたので、今後注意したいと思います。

管理栄養士 岡本 麻実



~5月の行事食について~

5月5日(金) 子供の日 にちなんだ黄飯・金目鯛の揚げおろし煮・海老とブロッコリーのマヨサラダなどのメニューをご用意しております。

※◇黄飯について

黄飯は愛知県の一部の地域で、端午の節句の男の子のお祝いに作るものです。特に初節句にはお祝いのお返しとして重箱につめて配る習慣があります。ご飯を黄色にするにはくちなしの実を使い、魔除けや厄除け・邪気払いの意味が込められており、上にのせる黒豆にはまめに元気で健康な子に育つようによい願いが込められています。

5月24日(木) 彩りちらし寿司・鶏天・キャベツと玉ねぎのサラダ・茶碗蒸しなどをご用意してお待ちしております。

◇じゃがいもの栄養について

じゃがいもは穀物に分類され、エネルギー源としてはとても優れた食品ですが、カロリーが高く糖質が多いただけだと敬遠されがちです。しかし、じゃがいもはビタミンCやビタミンB1・B6、カリウムやマグネシウムなどのミネラル、食物繊維なども豊富に含まれていてどんな料理にも使いやすいバランスの良い食品です。

管理栄養士 加藤 里奈

**行事食** ご利用日ではなくてもご利用頂けますのでご連絡お待ちしております。

# 津島ショートステイ

食レク  
ドームケーキ



エプロン付けた途端、お母さんになりました(笑)

《外出レク》  
~藤祭り~

九尺藤が満開間近で圧巻!



4月の誕生日の方



おめでとう  
ございます。

# 愛宕デイサービス

## こいのぼり

皆さんが作った、小さな鯉のぼりをフロア全体に吊るしました。数えきれないほど泳いでます。一つだけ『タイ焼き』があるんですよ・・・見つけられますか？本当ですって・・・。



出来上がったあんパンに桜の花の塩漬けをのせて焼きました。とってもかわいいアンパンが出来ました。ほっかほかをいただきましたよ！

## 今月の作品『富士山』

大作です！壁画富士 2M×2.5Mくらいです。皆さん頑張って下さいました。お花紙を丸めて、丸めて、丸めて沢山！とても根気がいる『仕事』でした。お見事です。



## パン教室《さくらあんぱん》



## 食レク『ホットケーキで作る桜餅』



ホットケーキを焼いて中に餡を挟み桜の花の塩漬けをのせました。男性が積極的に作ってくださり、ご自宅では中々お目にかかれない光景では？（奥様どうですか？）

## ランタナ



コーラスさんです 歌詞カードを見ながら皆さんも一緒に歌い、楽しいひとときを過ごしました！

## 4月のお誕生日の方

おめでとうございます。



## オカリナ



## こんにちは、ケアマネです。

MCIについてご存じでしょうか？

MCIとは、認知症と正常のはざまに位置づけられるもので将来的に認知症に発展する可能性が高いと言われる軽度認知障害のことです。

認知症は現代科学では、まだ効果的な治療方は見つかっていませんが、早期発見、早期治療によって進行を押さえることが出来るものとされています。MCIはこうした背景で使用されるようになった言葉で、認知症の最初のフェーズを示すものとして用いられるようになりました。

MCIは、少し古いデータになりますが2013年に厚生省の調べでおよそ400万人が該当するとされており、間違いなくその数は増加の一途をたどっていると言えるでしょう。MCIに該当する人の全員が全員、認知症になるわけではありませんが、疾患を放置した場合は、およそ4・5年で半分が認知症に移行すると言われています。裏を返せば、MCIの状態適切な治療を施すことができれば、認知症を回避できるということになります。そのためにもMCIの早期発見をすることが求められていると言えるでしょう。

お困りのことなどございましたらご相談ください。

<当社事業所>

津島：0567-22-5766 愛宕：0567-55-9596 大当郎：052-364-7706

## 訪問介護ステーションまほろばです。

### ■老人と便秘症

老人は一般に年齢を重ねるにしたがって、さまざまな原因が重なりあい、その結果として便秘が増えるといわれています。

高齢になるにしたがって、歯が弱り、かつ消化力も劣ってくるため、軟らかくて消化のいいものだけを食べるようになります。さらに、食べる量が少なくなることも加わって、便の量自体も減り、弛緩性便秘になりやすくなります。腸の蠕動運動の起こり方も弱くなり、腹筋が弱っているため排便のためにいきむ力も弱くなり、同時に血行も悪くなり腸管の運動も低下、よって便が溜まりがちになります。

愛宕ケアセンターまほろば TEL 0567-55-9596

サービス提供時間： 7：00～ 22：00

（時間外でもご相談ください）

土・日、祝祭日も、訪問させて頂きます

サービス実施地域： 津島市・愛西市・稲沢市・あま市

# 有料老人ホーム

外出～お花見～



4月上旬の日曜日、春の陽気に誘われ、食堂にいらっしや  
った方と近隣の公園まで散歩も兼ねて桜を見に行きまし  
た。まだまだ桜は見頃でした！



駐車場の片隅にある花壇に  
色とりどりの花を植えました。  
中央にはメロンを植え、収穫が楽しみです！

## 『食事がおいしい』まほろばの老人ホームの 空きは、おかげ様で満床になりました！



ご利用者様のご都合で空室となることも  
あります。空き待ちのご予約承ります。

ご利用料金・部屋状況など、お気軽に  
お問合せください。《完全個室》

施設名：大当郎ケアセンターまほろば  
場所：名古屋市中川区大当郎二丁目 1108 番地  
設立：平成 24 年 8 月

お問い合わせ ☎052-364-7701

担当：稲井・小野

# 外出レク～花見～ 大当郎デイサービス



## 食レク『桜餅』



とっても美味しく出来ました！

## パン教室《カレーパン》



大好評のカレーパンマン！  
皆でパクパク

## マジックショー

