



第114号

令和1年9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

長かった酷暑もようやく一段落し始め、秋の訪れを待ち侘びる時期がやってきました。8月は各デイサービスで夏祭りを行い盛り上がりましたね。さて9月10日から16日までの敬老週間を始め、盛りだくさんの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。

《まほろばは「食での健康」にこだわります！》

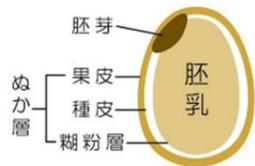
《こんなにすごい！米ぬかパウダーの力！》

パウダーなのでパン教室や食レクの材料に混ぜて使用していきますので食べやすくおいしく頂けます。

「米ぬか」には、抗酸化作用のあるビタミン類やミネラル、体の毒素を排出する成分や腸内を掃除してくれる食物繊維がたくさん含まれています。

以下の生理機能のアップが期待されています。

- 便秘改善や整腸効果など『胃腸系機能』
- 肌荒れ解消やアトピー、花粉症改善など『皮膚系機能』
- 血液サラサラ効果、血糖値低下など『血液系機能』



米ぬかとは、玄米の表面を削って精米する時にできます。玄米のままだと、固くて食べられないという方もいらっしゃると思いますが、玄米パウダーではお手軽に玄米の栄養価を得られます。米ぬかパウダーを食べて健康を手に入れませんか。

9月から言語聴覚士の職員がまほろばに入社します！

【言語聴覚士とは（国家資格です）】

病気や事故・加齢などによって、話す・聞く・食べる・飲み込むことがうまくできなくなった方に、言語能力や聴覚能力などの機能を回復・向上させるリハビリを行うスペシャリストです。

《例えば》

- ・ つばの飲み込みでむせる。
- ・ 姿勢が悪くて飲み込みが悪い。
- ・ 言葉が出にくい。
- ・ 常に痰が絡んでいる。



一例ですが、以上でお困りの方、ぜひご相談ください！

【訪問看護ステーションまほろば】

残暑厳しいながらも朝晩涼しくなりましたね。気温差が大きくなりましたがいかがお過ごしでしょうか。初秋の過ごし方で気をつけたいことを述べていきます。

① 秋になり食事も美味しくなりますね。涼しくなるため油断しがちですが、体感的には過ごしやすくとも気温はある程度高いため食中毒に注意が必要です。

② 気温差が大きいと疲労が溜まりやすく、風邪を召しやすくなります。室温調整はもちろんですが、寝具の調整がしやすい薄手の毛布など用意しておく夜や朝に冷えたときに対応しやすいです。

暑さの酷しかった夏とは別の意味で体調を崩しやすいので皆様お気をつけてお過ごしください。管理者 高橋 宏明

津島デイサービス

『夏祭り』



カラオケ・リハビリ体操で盛り上がりしています。

盆踊りや歌謡ショー、ビンゴ大会で盛り上がりました♪

ひまわり会



おそろいの青い衣装同様に息の合った素晴らしい演奏でした♪

食レク『餃子の皮のピザ』



火加減が難しい!美味しくできました♪

食レク《ホットケーキ》



ふんわり美味しくできました♪

パン教室<チーズパン>

今回は苺のジャムパンに挑戦しました!



8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** 9月号
からです。



8月の行事食



8月1日(木)

大当郎開設記念のお祝い御膳として、オムライスやエビフライ、切干としらすのサラダなどでした。エビフライはカリカリで風味良く美味しかった。オムライスはケチャップライスも美味しく、彩りもキレイとご好評でした。

8月19日(月)

生姜ご飯、茶碗蒸し、冬瓜の煮物などでした。茶碗蒸しのオクラが変わっていて良かった。冬瓜は今年初めて召し上がられて喜んで頂きました。トマトのおろし和えもサッパリとされていて全体に夏らしくて良かったとご好評でした。

管理栄養士 清水公美子

~9月のまほろば御膳について~

9月10日(火)~16日(月)は『敬老週間』です。

9月16日は敬老の日ですね！まほろばではお祝いとして9月10日からの一週間毎日ご馳走をご用意してお待ちしております！うなぎや海鮮ちらし寿司、サーモンフライや海老の天ぷらなど日替わりメニューとなっています。詳しくはお品書きをご覧ください。

◆養老の滝

敬老の日が9月の第3月曜日に定められた理由には、岐阜県の養老の滝の伝説も関わっています！昔貧しいけれど親孝行な若者が、目が不自由で、お酒の好きな年取った父に長生きしてもらおうと、山でたきぎを拾って働いていると、岩から足を踏み外して気を失ってしまいました。気が付くと滝があり、水を飲んでみると美味しいお酒のようでした。持って帰って父に飲ませるととても喜び、なんと目が見えるようになったのです！この話は天皇の耳に伝わり、若者に山ほどの褒美をくださり、この滝を養老の滝と名付け、元号を「養老」と改元しました。この日が11月17日だったため、後に敬老の日となり、現在にいたるそうです。

管理栄養士 石黒 美帆

敬老週間

ご利用日ではなくてもご利用頂けます。ご連絡お待ちしております。



津島ショートステイ

毎日看護師がいて機能訓練もできます。希望者は毎日入浴できます。

<今月の作品>

<ひまわり>



満開に咲きほこったひまわりが私達を元気にしてくれます。

<夏祭り>



昔を思い出しながら皆様で作品作りを頑張りました。

<すいか畑>



今年は、美味しそうなスイカがたくさんになりました。

<水族館>



エレベーターの中は、まるで水族館のように賑やかです。

『スイカ割り大会』



ある人はストレス発散、ある人はスイカ割りに執念を燃やし、1人ずつ思いは違うけれども、棒を振り上げる姿は勇ましい。

食レク<ベビーカステラ>米ぬか入り



米ぬかは食物繊維やビタミンが豊富です。食べた後はパワーアップ間違いなし…だと思います。

8月お誕生日の方



松柏之寿 103歳
おめでとうございます！

常勤の作業療法士が
機能訓練します。

愛宕デイサービス

夏祭り

お孫さんにあげる！と皆
さん一生懸命釣っていま
す(笑)



ボラ・琴吉会



琴と歌声がフロアいっぱい！先生のお話も楽しみの一つです！

『ティンカーベル』



まほろばも夏祭り開催中だった為、皆様と一緒に盆踊りしました！

<習字>



お手本を見ながら真剣！急に声をかけちゃダメですよ(笑)

ボラ・オカリナ



とてもキレイな音色が響き渡るオカリナに合わせ一緒に歌いました。

8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。

最寄の当社事業所のケアマネまでお気軽にご相談ください。



ケアマネージャーは介護が必要になった場合に、介護に関する困りごとやこれからの生活のご希望をお聞きし、介護保険の利用を考え必要なサービスをご提案させていただきます。

お体の変化やご家族様の状況により必要に応じてケアプランを変更し、住宅改修のご相談やヘルパーや訪問看護の派遣、デイサービスやリハビリの利用等の各種サービスの調整をします。

もし何か介護に関する心配事や困りごとがあれば、担当のケアマネージャーまでご相談ください。

<当社ケアマネ事業所>

津島：0567-22-5766

管理者 金田

愛宕：0567-55-9596

管理者 保木(ほき)

大当郎：052-364-7706

管理者 服部

訪問介護ステーションまほろばです。

両親や配偶者を家で介護するとき、心身にゆとりを持って介護に取り組むことが重要です。介護度がどんなに重くても、ある程度の余裕を持って対応できればそこに楽しみも生まれるでしょう。しかし、反対に気持ちにも体力にも余裕がない状態では、介護は疲労だけが残る辛いものになってしまいます。また介護をする中で、自分自身も徐々に年を取り、体力も衰えていきます。それでは、どうすればゆとりが生まれるのでしょうか。そんなときは、**訪問介護・デイサービス・ショートステイ**等を活用しましょう！**一番は協力者・理解者を増やすことです。**ぜひ、お試しをしてみてください。

介護保険を使わない自費サービスも利用できます。ご相談ください。



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、訪問させていただきます。

大当郎有料老人ホーム

外出レク『お買い物』

今回は FEEL に行きました！



欲しかった物が見つかったようですね！

24時間介護職員が常駐しています

『食事がおいしい』まほろばの老人ホームが満室になりました！



ただいま空き待ちの方を募集しています。

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：佐藤

定員 23 名。家庭にいるような雰囲気、過ごして頂いております。

大当郎デイサービス

8月7日に夏祭りを行いました！

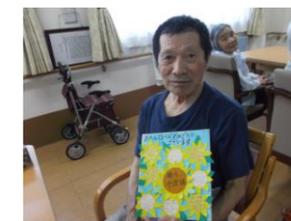
射的・輪投げ・金魚すくいを行い、盛り上がり楽しめました。



< 1 位 > < 2 位 > < 3 位 > の方々です。おめでとうございます！



8月お誕生日の方



おめでとうございます！