

「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2日(月)

大当郎の開設記念日だったので、お赤飯と天ぷらの盛り合わせを提供しました。お赤飯は、小豆がたくさん入っていて、おいしかったととても好評でした。天ぷらはサクッと揚がっていて美味しく、抹茶の羊かんも涼しげでよかったと全体的にとっても好評でした。

8月19日(木)

あなごのちらし寿司と冬瓜の煮物、茶碗蒸し、ピーチゼリーを提供しました。ちらし寿司は、あなごが小さめでしたが、量がちょうどよく、美味しかったと好評でした。ピーチゼリーの桃のペーストが良かったと好評でした。また、茶碗蒸しが冷たかったとの意見をいただきました。

~9月のまほろば御膳について~

9月14日(火)~20日(月)は『敬老週間』です。

9月20日は敬老の日です!! 9月14日から1週間を敬老週間とし、毎日特別食を提供します。栗ご飯やネギトロ丼、和風おろしステーキやエビフライなど準備しております。メニューの詳細はお品書きをご覧ください。

●栗

栗は栄養たっぷりです。栗の栄養価は高く、いも類よりも多くのエネルギーが摂れる優れた食材です。栗は、体内でエネルギーになる糖質・腸内環境を整え、善玉菌を増やす作用を持つ**食物繊維・抗酸化作用**があり、**肌の老化防止**に役立つ**ビタミンC・むくみ防止**や**高血圧予防**に有効な**カリウム**・新しい赤血球を作る**葉酸**を多く含んでいます。渋皮には抗酸化作用のあるポリフェノールの一種、**タンニン**も多く含まれています。

●味覚の秋

秋になると様々な食材が実り、食べる楽しみが増すことから、「食欲の秋」「実りの秋」と表現されることもあります。「秋=食べ物がおいしい季節」と考えられるようになった背景には、動物が冬を越えるために、本能的に多くの栄養を取り込もうとする性質があるとも考えられています。また、暑い季節を乗り越えて涼しくなった秋に、夏バテしていた身体の調子を取り戻そうとして自然と食欲が増し、食べ物をより一層美味しく感じるのかもしれないね。

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

<今月の作品>

<海>



海の中をいろいろなお魚さんたちが楽しそうに泳いでいます。



<蛍>



蛍の光がまほろばを明るく照らしてくれています。



<レクの様子>

皆様、必死にボールを蹴りあい、大盛り上がりでした。



『8月お誕生日の方』



おめでとうございます!

1階と2階にフロアがあります。賑やかで笑顔いっぱいの雰囲気です。理学療法士が機能訓練をします！

愛宕デイサービス

【夏祭り】



17日と18日に夏祭りを行いました。ヨーヨー釣りを行いましたら、皆さん立ち上がり、自分が欲しい色を目掛けて手を動かしておりました。「持って帰って孫にあげる」とおっしゃる方もいらっしゃり、楽しんでいただけました。

<習字>



好評でした習字第2弾を開催しました。筆を手にとると、真剣に字をかかれておりました。身体が覚えているんでしょうね。中には今食べたいものや飲みたいものを書く方も見えました。

新しいカラオケ機



介護業界でお馴染みのごぼう先生の体操が入っており、皆さんで行いました。身体全体を使い「疲れたわ」と良い運動になった様子でした。今後も、いろんな体操を試していきます。

<作品作り>



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。



気象と不調のコンケイ

季節の変わり目は体調を崩しやすい人が多く、気象によって不調が現れるといえます。身体の中で何が起きているのでしょうか？

【頭痛】

気圧が下がると血液に水分が溜まり、血管が拡張することで起こります。血管がむくんだようになり、神経が圧迫されて痛みが出ます。敏感な人だと「雨が降る前から頭痛がおこる」とも。「明日は雨が降る。頭が痛くなりそう」という時は我慢せず鎮痛薬を服用するのもいいでしょう。薬に頼らないようにするには運動を習慣に。汗をかいて、水分をため込まない。（水分を控えてはいけません。血流が滞ってしまいます）水分はきちんと摂ってください。



【関節痛】

血行が悪いこと、体液循環が滞ることが原因と考えられています。痛みを緩和・改善するにはストレッチ等の適度な運動や入浴時のマッサージを習慣として血行促進することが予防や症状の改善につながります。冷やすと血行が悪くなったり筋肉がこわばったりするので、温めるとよいでしょう。



<当社ケアマネ事業所>

津島：0567-22-5766 愛宕：0567-55-9596 大当郎：052-364-7706
 管理者 金田 管理者 寺西 管理者 星川

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、お試しをしてみたいはかがでしょうか。

訪問介護ステーションまほろば

TEL 0567-55-9571
 担当 平井 加藤 佐藤
 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。

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。



大当郎有料老人ホーム

名古屋市中川区大当郎にあります有料老人ホームです。待望の空室ができました。ご見学のご予約をお受けいたします。お気軽にお問い合わせください。

自社の訪問看護があります。

医療行為の必要な方、ご相談ください！

看護職員が365日
滞在しています！

【お部屋】



お部屋は広々18㎡！完全個室！
居室にもトイレがあります。
またエアコン、クローゼット、ナースコール
テレビ、イス、テーブルも完備です。

残り
1部屋！

【買い物レク】

外出レクやお買い物を定期的に開催しています。只今コロナウィルスの関係で外出レクは見合わせています。



【共有部】

1階食堂



談話スペース



浴室



『大当郎訪問介護』

ご自宅へ伺い

- 身体介助（食事、入浴、排泄など）
- 生活援助（掃除、洗濯、買い物など）

の介護サービスを提供します。

住み慣れたご自宅で暮らせるように、生活の支援をいたします。ぜひご利用ください。

施設名：大当郎ケアセンターまほろば分室

場所：名古屋市中川区大当郎二丁目1501番地
マリポーサ上田1階

電話番号：052-364-7720

担当 佐藤



大当郎デイサービス

定員23名。家庭にいるような雰囲気でご過ごして頂いております。

『夏祭り』

コロナ過でも楽しく元気に（まほろば祭り）

射的～素敵な構えで何狙う？



金魚釣り～沢山釣って食べちゃう～(^.^)



輪投げ

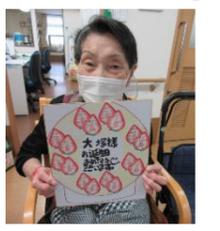


食レク『チョコパフェ』

とっても美味しく出来ましたね



8月お誕生日の方



おめでとうございます！