



つれづれの郷

第177号 発行人 社会福祉法人上磯康啓会 理事長 小松 格一
 令和 3年 5月 1日 所在地 北斗市追分7丁目11番21号
 TEL 48-1777 Fax 49-7337 メール k-turedure1@wing.ocn.ne.jp
 ホームページ <http://www.turedurenosato.sakura.ne.jp/>



おいしそうなお寿司で～す↑

開設記念を祝う



カラオケも頑張りました↑



踊りも好評でした↑



4月20日は利用者さんと共に開設記念日をお祝いしました。
 今回も新型コロナウイルス感染症の関係で、條館ごとの開催となったことから少し寂しい記念日となりました。昼食は、

函館の鶴寿司さんに来所していただき、「生寿司」を握っていただきました。また、おやつの中にはプリンやたこ焼き、芋の塩煮などを食べながらカラオケで久しぶりに歌を歌ったり、音楽を聴いたり踊ったり楽しい開設記念日となりました。

おねがい・お知らせ

◎5月17日(月)は、サービスマン、自己負担分の郵便口座自動払い込み日になります。お客様の口座残高をご確認下さい。

◎個人預かり金残高を来所の折にご確認下さい。なお、毎月、預かり金使用済みの領収書を送っておりますので、ご確認ください。

◎清拭用タオルのご寄付をお願いします。

☆高齢者施設でもワクチン接種が始まります。

ワクチン接種で感染予防対策が進むことを期待しておりますが、面会はもうしばらく禁止させていただきますので、ご協力お願い致します。

(施設長)

◇意見下り◇

ご意見箱は一・二階の公衆電話横に設置しています。苦情は左記へご連絡下さい

お客様相談窓口 賢持 堀合

でんわ 48・1777

FAX 49・7337

メールでも受付しております。

4月のデイサービスは、新型コロナウイルスに感染しないように朝は自宅で検温、施設に到着後は、手洗い、そして、座席も密接・密集にならないように座っていただき、換気も行っております。今月は皆さんで「豚汁」や「たこ焼き」づくりをしました。人参、大根など野菜がたっぷり「豚汁」美味しかったです。

デイサービスつれづれ

たこ焼き
も上手に
できまし
た。
レクリ
エーショ
ンでは、
緊張しながら
「お玉運び
リレー」を
楽しみました。



↑ソロソロ完成です



↑このゲーム難しいね！



美味しいヨ！



人参、大根を切って準備中↑

大好きなお寿司

お寿司が好きな人ってたくさんいますよね。つれづれの郷の皆さんも大好きな方が多くいらっしゃいます。そこで、お寿司の豆知識を一つ。

お寿司が2つ並んでくるわけ

・握り寿司が誕生したのは江戸時代と言われています。当時の寿司はビックサイズで非常に大きく、一口で食べることが難しかったようので問題がありました。そこで2個に分けて食べやすくなったという説が有力となっています。



食事について一言

施設における生活の中で、食べることは生活の楽しみであると同時に健康を保つ一要素と考えております。

私も週に1度昼食をいただいておりますが、ある糖尿病患者さんの血糖値が上昇した原因を調べたところ、間食が原因であることがわかりました。

現在は安定しておりますが高齢者の皆さんの健康保持には、食事内容が極めて重要であるとの見解の一例です。

小松内科循環器科医院

医学博士 小松格一

毎日の献立を管理している栄養士の山田と申します。

朝、昼、夕食は1日に必要な栄養量をもとに、おやつを含む食糧構成基準を作成し献立の計画をさせていただいております。したがって、必要以上に間食を摂るとエネルギーの過剰摂取となり、体調に異常をきたす原因になります。持病等により食事制限のある利用者様は特に間食には十分気を付けてください。

管理栄養士

山田 百合恵

5月の行事

- 17日～18日 理美容室(予定)
- 17日～20日 職業健康診断
- 27日 役員会

機能訓練は、つれづれの郷は午前北斗は午後実施(現在中止)
クラブ活動 不定期
嘱託医は毎週木曜日午後回診

5月の行事食

《5月5日(火) /こどもの日》

昼食

- ・ごはん
- ・たまごスープ
- ・デミグラスハンバーグ
- ・かぼちゃサラダ
- ・果物

◎5月は他にも、みどりの日に豆ごはん、母の日にちらし寿司を提供予定です！食事で日々の楽しみを少しでも増やせますように☆

あとがき

今年は桜の開花が例年よりも早く、施設周りの桜も満開となっております。毎年、このシーズンはお花見ドライブで気分転換をしていますが、今年も新型コロナウイルスの関係で縮小です。利用者さんには、施設の周りを散策していただき、桜を見ながら春の温かな空気をいっぱい吸って、ますます元気に過ごしてほしいと思っています。

(S)

*掲載記事写真等は社会福祉法人上磯康啓会に所属しています。無断転用を禁じます。