

令和元年 敬老会

皆様の健康とご多幸を
お祈り申し上げます...

ゆう遊刊



R1.11.11
vol.40
発行所
愛親福祉会

ケアハウス デイサービス

九月十三日、ケアハウス・デイサービス合同で敬老会を開催し、米寿の方と長寿代表の方たちのお祝いを行いました。プリムラ子ども園の子供たちよさこい踊りや、プレゼント交換もあり、とても和やかな雰囲気となりました。



【台風19号で被災された皆様へ】
このたびの台風19号の被害に遭われた皆様には、心よりお見舞い申し上げます。被災された皆様は、一日でも早く平常の生活に戻ることができますよう、お祈りいたします。

特養

ショートステイ

九月十二日、特養・ショートステイにて敬老会を開催しました。今年の十一月で百歳を迎えるご利用者様がお二人もいらっしや、お祝いさせて頂きました。職員のよさこい踊りや鏡由会様の歌や踊り、尺八の演奏でとても華やかな会となりました。



秋の行事

9.17 デイ お月見おやつ作り

クリームあんみつ作りを楽しみました。とても美味しくできました！



9.27 デイ 紅白カラオケ合戦



紅白のチームに分かれてカラオケ合戦。大変盛り上がりました♪



10.7 デイ 芋煮会

さつまいもが入った芋煮を作りました。美味しく秋を感じることができました！



9.25・30 特養 お月見

十五夜にちなんで、手作りのお団子を飾り、歌を歌ったり、おやつを食べました！

秋の行事



10.31 特養・デイ ハロウィン

コアラ保育園の子どもたちが来て、かわいらしい歌声やダンスを披露してくれました！



★清陵情報高校の生徒さんがボランティアで車椅子修理に来てくれました。



皆さんありがとうございました。

笑いヨガで職員間交流 in tette

テッテ



職員間交流としてデイサービスで行っている「笑いヨガ」を須賀川市民交流センターtetteにて行ってきました。tetteは今年1月に開館したばかりでキレイで立派なスタジオでした。普段と違った場所での笑いヨガは気分が上がり、笑いの量も格段と増していました。笑いと触れ合いで職員間の連携もますます深まり、よい交流会となりました。デイサービスセンターでは毎日朝夕実施しています。ご家族様や興味のある方は是非見学をして体験してみてください。

給食課便り

免疫力を高める食材

たんぱく質

免疫細胞をつくる素となる。



肉・魚・卵・大豆製品など

ビタミン・ミネラル

免疫細胞の働きを活発にし、皮膚や粘膜を保護し、ウイルスに対する抵抗力を高める。



野菜・海藻・きのこ類・果物など

乳製品

免疫細胞の働きを高める善玉菌を増やし、腸内環境を整える。



ヨーグルト・乳酸菌飲料など

献立：～さつまいもとかぼちゃのサラダ～

材料：さつまいも120g、南瓜80g、レーズン16g、無糖ヨーグルト大2、マヨ大1、塩・胡椒各少々

- ①さつまいも・南瓜を一口大に切って蒸す。
- ②無糖ヨーグルト・マヨ・塩・胡椒を混ぜて置く。
- ③粗熱が取れたら混ぜ合わせる。

南瓜：ビタミンやミネラルが豊富
さつまいも：食物繊維やビタミンが豊富

インフルエンザ予防

インフルエンザの予防には、ウイルスの侵入を防ぎ、ウイルスに対する免疫力を高めることが重要です。ウイルスの侵入を防ぐには、外出時にマスクを着用し、外出後は手洗い、うがいをしっかりとすることです。栄養バランスが乱れると、免疫力が低下するため、毎食、主食・主菜・副菜を摂り、果物や乳製品も1日1品は摂取し、バランスよく食べるよう心がけましょう。

編集後記

朝晩とても冷え込む季節となりましたが、皆様、体調はいかがでしょう。この度、広報誌「ゆう遊刊」の編集メンバーに十月から加わりました。今年も、運動会やクリスマスマス、餅つきとまだまだ行事があるので、皆様が楽しめるような記事を載せられるよう頑張ります。皆さまので、宜しくお願い致します。

添田 佳那

今回の編集後記は恒例の「今年の漢字一文字予想」です。

小西 秀明

「新時代幕開けの新しい風、日本ラグビー旋風、甚大な被害の台風など。今年の漢字は『風』です。」

根本 きくみ

「令和元年なので『令』？」

大越 恵美

「年号や消費税率など、変化の多い年だったので『変』でしょうか。」

吉田 奈津希

「災害が多い年でしたが気持ち新たに新元号で！という『新』ですかね。」

添田 佳那

「天皇の即位、天災に見舞われるなどから、『天』でしょうか。」