



デイ行事紹介

デイサービスでは、5月13日～17日、20日、21日の7日間にかけて、富士川町にある『おかめ鮎』に外出へ行ってきました。

いつもと違う雰囲気にも会話も弾み、楽しい昼食のひと時を過ごしました。



特養行事紹介

特別養護老人ホームでは、5月にご利用者様を対象に各ユニットで行事を企画して、外出してきました。

満開に咲く色とりどりの色彩豊かな薔薇を、車窓や歩道を歩きながら見学しました。最後にご利用者の皆様で記念写真を撮りました。その他、フォレストモールでの買物やはま寿司での食事などへ行ってきました。今月の外出で皆さんの良い気分転換の場になったのではないのでしょうか。



☆☆☆紫陽花見学に参加しませんか☆☆☆

6月24日～26日、28日の4日間、『小室山妙法寺紫陽花見学』を実施します。

つきましては、ご家族様もご利用者様と一緒に見学への参加もできますので機会がありましたら、遠慮なくご連絡ください。

【連絡先：福寿荘きらきら 生活相談員 井上・大森】

5月のお食事紹介

5月の行事食は、即位の日祝い・端午の節句・母の日・セレクト・誕生会メニューを昼食に提供させていただきました。今月は即位の日祝いメニューをご紹介します。



6月4～10日は歯と口の健康週間

日本歯科医師会では毎年、歯と口の健康に関する正しい知識を国民に対して普及啓発するとともに、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、併せてその早期発見及び早期治療を徹底することにより歯の寿命を延ばし、国民の健康の保持増進に寄与することを目的に、関係方面に配布している他、新聞への啓発広告掲載や歯科診療所掲示用啓発ポスターの作成、シンポジウムの開催、テレビCMの放映などを行っています。

2019年度(令和元年度)は「いつまでも 続くけんこう 歯の力」の標語のもと、全国各地で地域住民参加型の各種啓発事業を展開しています。

第12回 福寿荘きらきら夏まつり

今年も夏まつりを開催いたします。

日時：令和元年7月28日（日）
午後2時20分～午後4時30分（午後2:20受付開始）
場所：福寿荘きらきら 1F デイサービスフロア

【フリータイムイベント】

- ① 出店
- ② 展示会（特養・デイサービスで作成した作品の展示）
- ③ スライドショー（H30年度に行った行事の紹介）
- ④ 射的やヨーヨー等

【メインイベント】

・盆踊り ・踊り ・職員等によるイベント

今年度も、ご利用者様と一緒にゆっくり、出店の物や各種イベントを楽しんで頂きたい企画させていただいております。

内容については、事前に配布させて頂きました『第13回福寿荘きらきらプログラム』をご確認ください。

*一部内容を変更する場合があります。

大勢の皆様の参加をお待ちしています。



栄養だより

『塩分をカット その2』

～舌を意識する習慣～

前回、舌と塩分について掲載させていただきました。今回は塩分カットのひと工夫についてです。

よく言われるのが厚生労働省「塩分を控えるための12ヶ条」。具体的には豊かな風味を持つ食材を取り入れる事をおすすめします。バジルなどのハーブやこしょうなどの香辛料、しょうがなどの香味野菜のほか、レモンやゆずなどの柑橘類をうまく使えば塩分を減らしても美味しく、料理の幅も広がるでしょう。アーモンドやゴマなどを使っても香ばしさを活かした料理が作れます。

舌は塩味が無くても「うま味」「コク」「酸味」があれば満足するといわれています。最近では塩分の代わりに牛乳を入れてコクを出すレシピも注目されています。たまにはじっくり『五感』を使って、舌を意識して食べてみてはいかがでしょうか。『五感』を使った味わい方にシフトすると味覚の刺激だけに頼らなくてもいいので、適量の塩分や脂肪分、糖分で満足できるようになるそうです。

これを機に塩分に頼らず素材の味を楽しむ「食」のあり方を見つけられるかもしれませんね。

次回は塩分カット+舌を意識する夏のおすすめレシピのご紹介をいたします。

利用料減額・軽減制度に伴う更新申請のお知らせ

介護保険負担限度額認定(食費・居住費の利用者負担の軽減)及び社会福祉法人等利用者負担軽減の認定申請が始まりました。

つきましては、ご家族様の皆様には申請資料等を送付させていただきました。お手数ですが、申請手続きを宜しくお願いいたします。

また、申請後につきましては、負担限度額が変更となる皆様には、変更となる負担段階に応じた施設利用料の通知をさせていただく予定としています。

手続き等不明な点がありましたら、問い合わせ先までご連絡の程宜しくお願いいたします。

書道教室～一筆に思いを込めて～ お題 令和



●ボランティアの方々を募集しています!!

福寿荘きらきらでは、下記のボランティアを募集しています。

- ◆特別養護老人ホームやデイサービスの利用者さんを対象とした「演奏会」、「歌謡」、「舞踊」、その他の行事企画にご協力いただける方
- ◆特別養護老人ホームやデイサービスの利用者さんに余暇活動をご指導いただける方
- ◆施設内外の緑化や園芸、車椅子の修理清掃など環境整備にご協力いただける方
- ◆その他ボランティア活動

個人、団体を問いませんのでご協力をお願い致します。また、お知り合いの方で、このようなボランティア活動が可能であればご紹介をお願い致します。

連絡先・・・福寿荘きらきら

TEL 0556-22-7531 FAX 0556-20-1210

Eメール fukujoyusoukirakira@view.ocn.ne.jp

「協力の程、宜しくお願い致します。」

連絡先 生活相談員 井上

●特養行事に参加しませんか
特別養護老人ホームでは毎月行事などを企画して季節感を味わいながら、施設での生活を楽しく有意義に過ごしていただくべく実施しています。
6月は小室山妙法寺紫陽花見学を予定しております。
日程については6月下旬の午前中を予定しております。
つきましては、ご家族様もご利用者様と一緒に参加もできますので機会がありましたら、ご遠慮なくご連絡ください。

●清拭布のご寄付を
お願いいたします。
日頃多くの皆様にご協力いただき感謝申し上げます。
清拭布は消耗品の為にすぐに少なくなってしまうのが現状です。
洗濯してある柔らかい布類(例えば、Tシャツやタオル類、布オムツ等々)でそのままでも結構ですが、できれば三十センチ四方に裁断していただければ助かります。
尚、使用用途など、不明な点等のお問い合わせは、職員までお問い合わせください。

ご厚意ありがとうございました

□清拭布を頂きました。
6/2 青柳地区愛育会様



掲載については一般の方のみとしております。

衣替えに関するお願い

衣替えの季節になりました。当施設では冷暖房を備えておりますが、夏季に向け利用者様の衣類の確認・入れ替えをお願い致します。

ご不明な点がありましたら、施設職員へ声を掛け下さい。

6月の行事予定

特養施設

2日 福寿荘よさこい見学	17日 理美容
4日 ゆずカフェ	父の日メニュー
6日 機能回復訓練	20日 機能回復訓練
セレクトメニュー	24日 小室山妙法寺紫陽花見学
7日 理美容	25日 小室山妙法寺紫陽花見学
9日 日本基督教団市川教会慰問	26日 健康診断
11日 おかめ鮓外食(鳥メニュー)	27日 かしか会慰問
紅葉の会慰問	小室山妙法寺紫陽花見学
	28日 誕生会・誕生会メニュー

デイサービス

書道教室
18日

小室山妙法寺紫陽花見学
24～26日
28・29日