

なごみ

発行：特別養護老人ホーム
編集：行事・広報・ボランティア委員会
大阪府堺市西区菱木1-2343-16
TEL：072-349-6710



2023年7月号

茜・桜



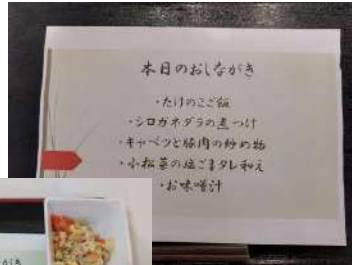
たけのご飯作り



春が旬のたけのこをふんだんに使ったたけのご飯を作りました！
お料理初心者の職員が一生懸命作っているのを「がんばれ！」「おいしくなれ！」と近くで応援していただき、完成！

今回はお品書きも添えてみました。

「美味しくできてるよ」「昔はよう、家の裏にたけのこ取りに行ったねえ」と会話も弾み、楽しいお食事の時間となりました。



てるてる坊主作り



明日天気にな～れ！
梅雨や台風の接近で雨が続いた6月初旬にご利用者様とてるてる坊主作りをしました。
お好きなモールを選んで頂き、てるてる坊主を作り、顔を描いて頂きました。

カラフルなかわいいてるてる坊主たちが茜桜ユニットでお空を見上げています。



穂・橘



お誕生日企画



5月は5人も誕生日の方がいる穂・橘ユニット。

ユニット企画のベビーカステラ作りに加えて、誕生日の方2名合同で、月末に誕生日のお祝いをしました。今回のプレゼントデザートは、苺ケーキとティラミスです。苺のさわやかな甘さと、ティラミスのほのかな苦みが絶品！沢山の幸せが詰まった誕生日会になりました。



バナナスムージー作り



桜舞う春の日、穂・橘ユニット合同でバナナスムージー作りをしました。イベント当日は快晴だったため、2階の中庭で飲むことにしました。中庭に咲く色とりどりの花を眺めながらのスムージーは格別で、パートナー様の塞ぎがちだった気持ちも、春の風に乗って一気に吹き去った様子でした。飲み終わった後の表情はニコニコ100点満点の笑顔であふれていました。



杏・桧



お誕生日企画



誕生日では、ご本人様が好まれるお寿司や鰻など、ご意向に沿った企画を提供させて頂き、ユニット全体でお祝いさせていただきました。また、5月は新緑の季節でもあり、季節感を味わいに外へ散歩にも行かせていただきました。多くの職員や他のパートナーからお祝いの言葉をかけられ、「ありがとう、来年も楽しみ。」と大変喜ばれていました。今後も年1回の大切な誕生日を盛大にお祝いさせて頂きたいと思っています。



🍵 🍵 🍵 タケノコご飯作り 🍵 🍵 🍵

初夏を迎えるにあたり、5月にユニット全体企画として「筍ごはん作り」を行いました。季節に応じた筍を、由来を記載したメッセージカードと共に提供させて頂きました。ご飯の仕込みからたくさん手伝って頂き、「タケノコ美味しいわ〜。」と喜ばれていました。今後も毎月、季節に応じた炊き込みご飯を提供させていただき、少しでも季節感を味わえるような企画を提供させていただきます。



葵・竹



お料理企画



5月には皆様に春の野菜を使って春キャベツのロールキャベツと絹さやの和え物2品の料理企画を行いました。それぞれ食材をを剥いたり、包んだり、混ぜたりと皆様それぞれ協力され料理を作られておられました。お昼ご飯に食べられ、「おいしいね。」「また作りたいね。」とそれぞれ話され普段よりも笑顔も多く食べられておられました。



お誕生日企画



誕生日では、大好きなウナギやどら焼きなど甘いデザートでお誕生日をお祝いしました。

また、職員と一緒に散歩に行き外の空気を感じられ、楽しまれておられました。他の方々と一緒に誕生日のお祝いを行い、「おめでとうございます。」などそれぞれ声を掛けられておられました。



柏・藤



お誕生日企画



誕生日では、お寿司や甘いデザートでお誕生日をお祝いしました。好きな食べ物を目の前に喜ばれており、すぐ完食されていました。皆さんと一緒に誕生日の歌を歌い、「お誕生日おめでとう！」の声に「ありがとう。」と笑顔で話されていました。「もうこんな歳か」と驚かされている方もいました。皆さん、これからもお変わりなくお元気でいて下さいね。



短冊作り



7月7日の七夕の日に向けて、皆さんで短冊に願い事を書きました。思い思いの願い事を短冊に書き、笹に飾りつけをしに行きました。皆さんから「もうそんな時期か。」という声もあり、季節を感じることができたのではないのでしょうか。「懐かしいな。」「綺麗に飾れた。」「叶いますように。」など楽しそうに話されていました。皆さんの様々な願い事が叶いますように・・・。





季節のコラム



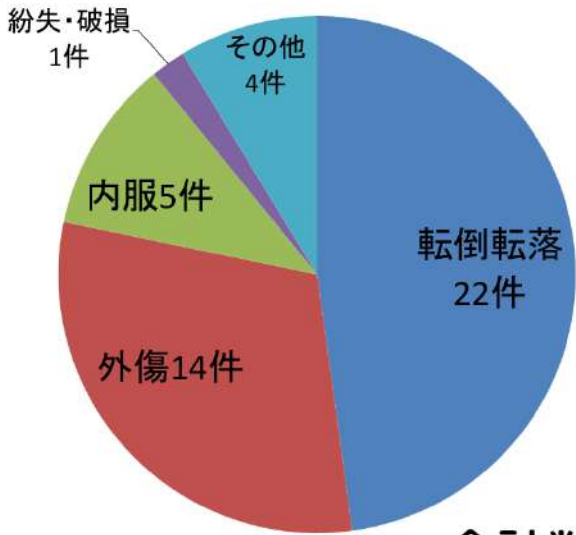
ようやく梅雨が明け、夏の暑さも本番となりましたが、皆様夏バテなどしていませんか？今回は夏バテに効果的なお食事についてお話します。夏は素麺など単品の偏った食事になりがちです。このような食事ではたんぱく質やビタミン、ミネラルが不足してしまいます。たんぱく質は体をつくる大切な栄養素で、肉、魚、卵、大豆製品に多く含まれています。おかずも合わせて食べることを意識しましょう。他にも夏バテ予防に効果的な栄養素はビタミンB₁やクエン酸です。ビタミンB₁は食事でとった糖質をエネルギーに変えてくれる働きがあり、疲労回復に欠かせません。うなぎや豚肉に多く含まれます。クエン酸はレモンやお酢、梅干しに含まれており疲労回復効果や食欲が低下している時にもさっぱりとして食べやすいのでおすすめです。バランスのいい食事と水分、休息をしっかりととり体力をつけて暑い夏を乗り越えましょう。



ベルアルプ 管理栄養士



2023年3月～2023年5月 ベルアルプで発生しているアクシデントについて



合計数46件

ベルアルプではアクシデントを分析し、再発防止に向けて、日々対策を徹底しております。
 アクシデントが発生した場合には小さなアクシデントでもご連絡させて頂いております。
 ご協力とご理解の程宜しくお願い致します。ご不明な点などございましたらユニット職員までお声かけ下さい。

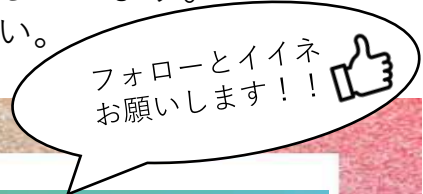
ベルアルプ
安全対策委員会



面会に関することやベルアルプからのお知らせについてはホームページの最新情報をご覧ください。



ベルアルプでは、各階に意見箱を設置しています。皆様のご意見・ご要望を聞かせて下さい。



#ベルアルプ #新着情報 #生活の様子
 #その人らしさを大切に #笑顔あふれる生活

※写真については許可を得て掲載しております。