

# 大津みやび野デイ便り

## 認知症対応型デイサービス

### 3月の予定

3日・13日・25日 訪問散髪  
13日 平和資料館

27日 音楽療法  
27日 大正琴交流会



紙粘土・折り紙を材料に「ひな人形」を作りました。あらかじめ職員が見本を作っていましたが、それぞれ大きさはさまざまで、個性的な作品が仕上がりました。表情は優しく描かれており心が和みましたよ。

2～3週間前まで雪が降っていましたが「梅」が咲き始めるのを見ると、少しずつ季節が変わっているんだと感じますね。日本には春夏秋冬があり季節によって、いろいろな植物・動物が見ることができますね。



毎月演奏に来て下さっている♪東芝琴姫会さん♪グループの方とも顔なじみになり、利用者の方がリクエスト曲を言われるまでに楽しく交流できるようになっています。1時間の演奏ですが一体感は貴重な時間です。

## 健康管理

※一般的に言われる感冒（かぜ）やインフルエンザは、通常健康な人であれば2～3日の静養で改善しますが、高齢者の方や基礎疾患のある方は重症化しやすく、肺炎を合併する確率が高くなります。手洗い・うがいは基本ですが、日頃の食生活や適度な運動も大切な健康管理と言えます。今年は記録的な大雪が観測され、寒い日が続きました。まだまだ朝晩の温度差が感じられますので、体調には充分お気をつけてお過ごし下さいね。

通常規模型デイサービス

3月の予定

3日・13日・25日 訪問散髪

毎火曜日 書道教室

24日～29日 お風呂ウィーク（よもぎ）



2月と言えば・・・そう「節分」ですね・・・!(^^)!  
職員が鬼役になり・・・豆ではなく、新聞紙を丸めたボールを  
皆さんに「鬼は外！」と投げられました（汗）  
福がたくさん舞い込んで来そうです。

御座候ミュージアムへお出かけしました。焼き立てホカホカ  
の回転焼きは格別！赤あん・白あん好みがありますね。  
地域によって呼び名が違い・大判焼き・今川焼・二重焼  
・三笠焼き こんなにたくさんの呼び名があったとは。



外食ツアーにて網干にある「なぎさ亭」へ行きました。  
小さなお店ですが、大人気のように外には大行列ができる  
ほどの賑わいでした。味も満足いただけただけで機会があ  
れば是非、また行きたいですね。

## 口腔ケアの大切さ

口腔ケアの大切さは一般的にあまり知られていないように思いますが、  
実はとても重要です。食後の口腔ケアをしっかりと行う事で様々な病気を  
予防、改善する事が可能です。以下はその一例です。「入れ歯だから

誤嚥性肺炎の予防

口臭の除去

虫歯、歯周病の予防

唾液の分泌

口の中なんてどうでもいい」と思わずに日々しっかりと  
ケアをしていくことで、病気  
知らずプラス食事をおいしく  
食べられるようにしまし  
よう。



平成26年3月分 献立表

日	月	火	水	木	金	土
	31 和風ハンバーグ 卵の花 ぜんまい煮 味噌汁 レアチーズプリン					1 牛肉のしぐれ煮 煮浸し 油揚げの袋煮 味噌汁 果物
2 	3 チラン寿司 辛子酢味噌和え たけのこのかか煮 潮汁 プリン	4 白身魚の甘酢和え 田楽 ピーマン煮 味噌汁 果物	5 海老の天ぷら ぜんまい煮 春雨サラダ 澄まし汁 果物	6 鶏肉となすの卵とじ 煮しめ バチ汁 野沢菜漬け 果物	7 酢豚 さつま芋煮 コンソメスープ 青菜のごま和え しその実	8 カレーライス サラダ オクラの鰹和え 福神漬け 杏仁豆腐
9	10 煮魚 いんげんのごま和え 切り干し大根 味噌汁 ヨーグルト	11 塩焼き魚 ぬた 南瓜煮 切り干し昆布 果物	12 煮込みハンバーグ 煮浸し きんぴら かに玉スープ 果物	13 豚肉の生姜焼き 長芋のえのき和え おかか煮 ソーメン汁 果物	14 煮魚 湯豆腐 マカロニサラダ 卵とコーンのスープ しその実	15 豚肉の野菜巻き 春雨サラダ 味噌汁 べったら漬け 果物
16	17 八宝菜 たけのこのかか煮 さつま芋煮 コンソメスープ べったら漬け	18 牛丼 中華風酢の物 きんぴら 澄まし汁 果物	19 魚のカレー風ピカタ 厚揚げ煮 バチ汁 しば漬け 果物	20 ハヤシライス 長芋のカツオ和え キャベツのマヨネーズ和え らっきょう漬け フルーツ	21 落とし卵の野菜あんかけ がんも煮 菜の花にしん しその実 果物	22 煮魚 茄子煮 さつまあげ煮 澄まし汁 果物
23 	24 酢豚 キャベツと鮭の和物 ひじき煮 卵と豆腐のスープ ヨーグルト	25 散らし寿司 柚子和え うぐいす煮豆 澄まし汁 果物	26 鮭の味噌煮 酢の物 かぼちゃのいとこ煮 かき卵汁 果物	27 エビフライ タルタルソース ピーマン煮 かに玉スープ レアチーズプリン	28 味噌漬け魚 ほうれん草のソテー 高野の卵とじ 茄子煮 果物	29 鶏肉の三食巻 小芋煮 味噌汁 べったら漬け 果物