

大津みやび野デイ便り

認知症対応型デイサービス

6月の予定

散髪日：3日 13日 21日 大正琴交流会 12日
世代間交流 27日 紫陽花観賞 28日



みなさんと一緒に「ひまわりの種」を植えました。
この種は去年のひまわりから採れた種で、芽が出るか心配でしたが、すくすくと大きく育っています。
今年も満開になるといいですね。

おやつ作りにチャレンジしました・・と言っても・・ポップコーン・ホットケーキ作りでしたので、簡単に出来ました。ポップコーンは「ポンポン」と弾ける音と香ばしい匂いが独特ですね。塩とカレーの2種類の味を楽しめました。ホットケーキも上手に焼きましたね。



トライやるウィークで「職場体験学習」に地元の学生が一週間来られました。お孫さんより年齢が低いようで「可愛いね」と皆さん、大変喜ばれていました。車椅子を押したり・髪の毛をドライヤーで乾かすなど、たくさんお手伝いいただき、世代間交流になりました。

～熱中症「かくれ脱水」に注意～

高齢者が「かくれ脱水」段階で脱水症を予防していくために、日常生活で心がけることを知っておきましょう。大切なことは、高齢者が脱水症を起こしやすい環境をできるだけ改善すること。外出のときに夏の列車内や量販店など、外気との温度差のある環境での体温調整の工夫をすること。そして、食事などで防衛体力をできるだけ保持することなどがあります。トイレが近くなると、水分を拒まれる方が多くおられますが、こまめに水分補給を心がけましょう。一日 1500mlは最低でも摂るようにして下さいね。

6月の予定

散髪日：3日 13日 21日

大正琴交流会 12日（木）

ドライブ：3週目（紫陽花）



ドライブで、名古屋公園にツツジを見にいけました。前日の大雨・強風で散っているところもありましたが、花の絨毯にみなさん喜ばれていました。ベンチでお茶会では、他デイの方との交流もありましたよ。

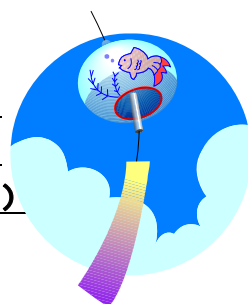
久しぶりの外食ドライブ。御津の『名田忠山荘』にいけました。山の中腹からの眺めは最高で、ガラス貼りの食堂からは島がたくさん見えました。綺麗な景色に食欲も増進。2杯分はある釜飯を完食されていました。





トライやるウィークで地元の中学生在が『職場体験学習』に1週間来られました。車椅子を押しての散歩・コップ洗い・お風呂上りに髪の毛を乾かすなど、初体験も多く戸惑っていましたが、頑張りました。お疲れ様でした。

大津みやび野デイサービスセンター（通常規模型）から

6月に入り、日に日に暑くなるのが肌で感じます。6月と言えば梅雨。沖縄や奄美大島ではすでに梅雨入りが発表されています。近畿でも6月上旬から中旬にかけて梅雨入り予想されています。湿気が多くなることにより、カビが発生しやすくなります。感染症や食中毒なども起こりやすくなる為、食べ物は冷蔵庫に入れる、外出から戻ったら手洗い・うがいをするなど衛生管理に十分気をつけてくださいね。クーラーもつけることが多くなりますが、設定温度に注意して（外気温と2～5℃差まで）梅雨を乗り切りましょう！！



平成26年6月分 献立表

日	月	火	水	木	金	土
1 	2 魚のフライ 梅肉和え ひじき煮 味噌汁 べったら漬け 黄桃缶	3 散らし寿司 お浸し たけのこのかか煮 澄まし汁 カットフルーツ	4 赤魚煮 炒り豆腐 ほうれん草のゴマ和え 豚汁 カットフルーツ しば漬け	5 ハヤシライス マカロニサラダ 切り干し煮 らっきょう漬け しば漬け 杏仁豆腐	6 豚肉の梅肉揚げ 煮しめ キャベツと鮭の和え物 味噌汁 白菜漬け 黄桃缶	7 鶏肉の酒蒸し 田楽 いんげんとコーン 味噌汁 茄子煮 カットフルーツ
8	9 身魚のピタカ 中華風酢の物 小芋のそぼろあんかけ ソーメン汁 べったら漬け 黄桃缶	10 魚のバジル焼き ポテトサラダ おかか煮 澄まし汁 甘夏缶 白菜漬け	11 海老の天ぷら 酢の物 ぜんまい煮 かきたま汁 カットフルーツ しば漬け	12 ムニエル タルタルソース 春雨サラダ 煮浸し 味噌汁 野沢菜漬け みかん缶	13 五色井 冬瓜煮 きんぴら 澄まし汁 茄子漬け スイカ	14 豚肉の生姜焼き おかか煮 酢の物 味噌汁 べったら漬け 洋ナシ缶
15 	16 酢豚 さつま揚げ煮 さつま芋の甘露煮 コンソメスープ べったら漬け 黄桃缶	17 マグロ丼 高野煮 白菜とホタテの辛子和え 赤だし 野沢菜漬け ゼリー	18 魚のカレー風ピタカ ほうれん草のソテー 厚揚げ煮 キャベツの甘酢和え 卵と豆腐のスープ しば漬け 洋ナシ	19 味噌漬け魚 ゴマ和え 湯葉まんじゅう 味噌汁 野沢菜漬け みかん缶	20 豚肉の変わり揚げ ピーマン煮 南瓜煮 味噌汁 たくあん 黄桃缶	21 シューマイ クリームコロッケ アサリの煮浸し 酢味噌和え たくあん 味噌汁 洋ナシ缶
30 カレーライス サラダ おろし和え 福新漬け らっきょう漬け カットフルーツ	23 牛肉の春雨炒め ポテトサラダ たけのこのかか煮 ワカメスープ べったら漬け 黄桃缶	24 穴子寿司 冷しソーメン きんぴら カットフルーツ	25 煮魚 ごぼう天煮 ブロッコリーのごま和え かに玉スープ 白菜づけ モモ缶	26 八宝菜 ぜんまい煮 卵豆腐 さつま芋煮 コンソメスープ 野沢菜漬け	27 牛肉のしぐれ煮 マカロニサラダ さつま揚げと白菜煮 味噌汁 たくあん 黄桃缶	28 煮込みハンバーグ わさび和え オクラとなめたけの和え物 味噌汁 スイカ べったら漬け