

トワーム通信第13号

医療法人社団松弘会
介護老人保健施設トワーム熊谷
埼玉県熊谷市小曾根337-1
TEL: 048-599-3377

2021年6月発行

窓口受付時間が変わります

6月より土曜・日曜・祝日の窓口受付時間(洗濯物の受け渡し・利用料のお支払い・面会等の対応)が下記の通り変更となります。

平日 10:00から19:00
土日祝日 9:00から17:30

おつりが発生する利用料のお支払いにつきましては、これまで同様、平日もしくは土曜日の17時までにお願い致します。

ご理解・ご協力の程宜しくお願い致します。

園芸委員会本格始動

皆さん、エントランス周辺が色とりどりになってきたのにお気づきでしょうか？園芸委員会が本格始動いたしました！！エントランスだけでなく、2階のバルコニーではじゃがいもとみょうががすすくと育ち、屋上では新たに茄子や紫蘇などを植えました。梅雨明け後が楽しみです♪



避難訓練実施

去る5月28日に避難訓練を実施いたしました。2019年の台風19号の際には、荒川が一時氾濫危険水位に達し、一部の地域に避難指示が出たことは記憶に新しいと思います。熊谷市のハザードMAPによると、ここ小曾根では0.5m未満の浸水と想定されており、安全な場所にいる場合は避難所への避難は必要なく、2階以上への「垂直避難」の検討をするよう記されています。今回はその「垂直避難」をデイケアご利用中のお客様にご協力いただいで行いました。



お天気にも恵まれ、青空の下で水消火器による実践も行いました。元消防士のお客様もおり、こちらが指導していただく場面も…。いざという時に冷静に行動できるよう、日頃からの備えが大切だと改めて感じました。



DCお楽しみ会

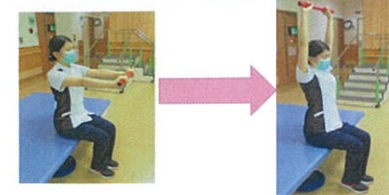
梅雨入り間近の5月下旬。デイケアでは今までにない、スタッフが体を張った余興を行いました。「雨 雨 降れ 降れ 母さんが〜♪」とお客様に歌っていただき、「雨が降ってきたぞ〜っ！！」の掛け声で雨雲部隊がチャレンジャーにジョウロで水をかけます。チャレンジャーは自分に水がかからないよう、いかに素早く傘を開くことができるかが勝負！！青空の下行予定でしたがまさかの雨模様。本物の雨粒も相まってチャレンジャーはびしょ濡れ。その様子にお客様は大喜びでした。(笑)



おやつもスペシャル♪

お家で出来る棒体操

棒を上上げる (※10回×2セット)



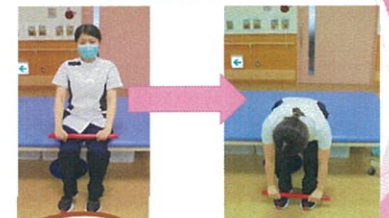
左右に捻る (※左右10回×2セット)



左右に倒す (※左右10回×2セット)



前に倒す (※10回×2セット)



フェイスタップの芯などを利用してやってみよう。

施設長

矢島の独り言

明治14年生まれの祖母が、「四つ足は食べない」と生前よく言っていました。祖母は米、味噌汁、野菜が主で、魚介類や鶏卵は食べていましたが、牛肉豚肉はもちろん鶏肉も減りに食べませんでした。20年程前から、米国では癌や生活習慣病を減らすために以下の食事目標を定めて実行してきました。

- ①牛肉、豚肉を減らし魚を増やす。
- ②果物、野菜、全粒穀物を増やす。
- ③脂肪の多い食品を減らす。
- ④砂糖の多い食品を減らす。
- ⑤食塩を減らす。

その結果、米国では、癌罹患患者数と癌死病者数が2003年に減少に転じました。一方、日本では高齢者数の増加だけで説明できないほど癌死亡者数が増え続けています。

2013年和食が世界遺産に登録されました。手の込んだ懐石料理ばかりでなく、明治時代に一般人が食べていた玄米、味噌汁、沢庵、梅干し、焼き魚などが、今世界で見直されています。

皆さん、素晴らしい日本食をもっと食べましょう。



男飯

お久しぶりの手作りおやつレク「男飯」！！今回はみんな大好きたこ焼きです。でも普通のたこ焼きとはちょっと違います。カニカマやチーズを入れたものと、あんこやチョコを入れた甘いものと、2種類作りました。どちらも上手に出来て、皆様「美味しい」と喜んで召し上がっておりました。あるお客様の一声で参加者全員での「たこ焼き万歳」も飛び出し、とっても有意義な時間となりました。



トワーム熊谷自慢のお食事紹介コーナー



☆☆☆☆☆
おしながき
かかつお飯
豚肉のソテー
煮和え物
ぐり煮
茄子の汁
すまじり汁
柚子
★

今月は高知県のお弁当を提供しました。味はいいけど、あれ？かつおがない気がする・・・との声も。かつおは御飯と一緒に炊き込んで提供しました。次はもっと存在感のあるかつおを提供できるように頑張ります(笑)

