

- ・鰻のひつまぶし
- ・オクラのおかか和え
- ・白菜のあっさり和え
- ・すまし汁



入所 看護師
山本紗和子



「皆様の生活をサポートできるように、明るく楽しく、精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。」

ヒヤリングフレイルサポーター養成講座というのもあります！この機会に、耳の事を勉強してみるのも良いかも！

耳トレを紹介

The illustration shows two views of a woman. On the left, a front-facing view shows her tilting her head back and to the right, with her right hand reaching up to her head, indicating a neck stretch. On the right, a side profile view shows her sitting on a wooden chair with her back straight, demonstrating good sitting posture.

ヒアリングフレイルサポーター養成講座テキストより

ダイヤ空き状況



	月	火	水	木	金	土
一日利用 (昼食あり、入浴なし)	ご相談下さい	ご相談下さい	△	△	ご相談下さい	△
一日利用 (昼食、入浴あり)	ご相談下さい	ご相談下さい	△	△	ご相談下さい	△
短時間利用(午前/午後) (昼食、入浴なし)	ご相談下さい/未	ご相談下さい/未	ご相談下さい/未	△/未	ご相談下さい/未	ご相談下さい/未

無料体験・見学受付中



老人保健施設西の京 Youtube

检索

1:35 / 3:40

〒604-8454京都市中京区西ノ京小堀池町16 代表TEL 075-821-3388 デイケアTEL/FAX075-821-3384



入所通信

こいのぼい飾い付け♪

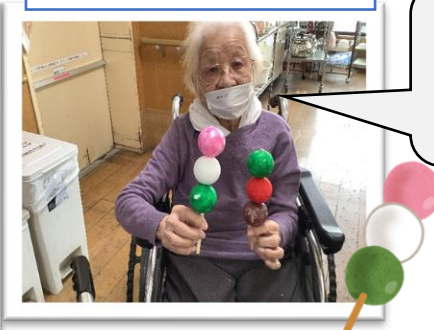


屋上に散歩



久ぶりに外の空気に触れ、自然と笑顔が出ておられました。「外はやっぱりええな」と隣の方に仰っておれています。5月は暖かい日が続いたので、日向ぼっこ日和でした。

レクリエーション 三色団子づくり



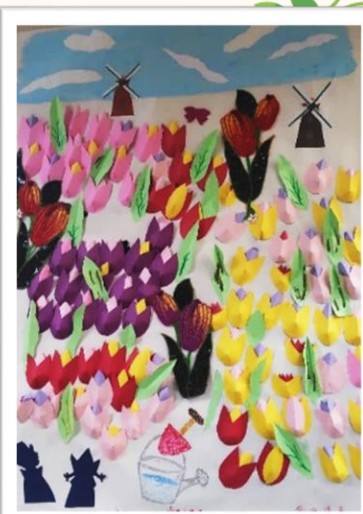
三色団子を作って
もらいました！！
おいしそうな作品です



とても熱心に
取り組まれています！！！！

～デイケア通信～

チューリップの壁画完成！
画用紙や布を使って立体的に出来上がっています。
色紙で自宅に飾る物も作って頂きました。



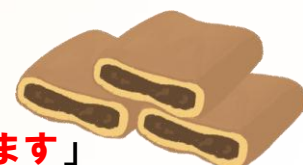
おやつのでんこ巻き作り！

でんこ巻きってご存じですか？東京のもんじゃ焼店等で作られる…「でんこ巻き」、愛知の名物「でんまき」で知られており、もちもちの皮ででんこと果物を包んだおやつです。

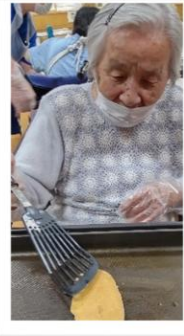
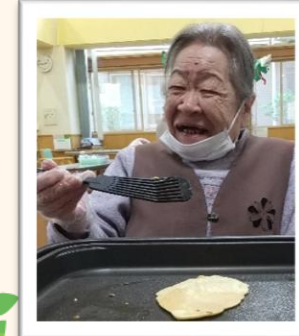
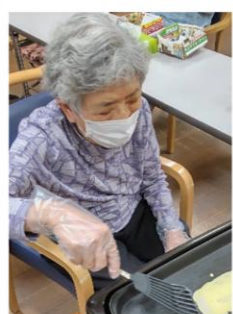
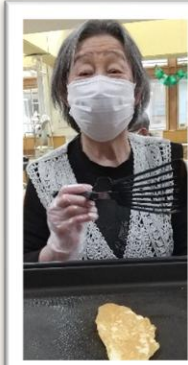
西の京では果物の代わりにでんずジャムを使いました。

「生地が柔らかくて食べやすかった」

「でんことジャムが合っていて美味しかった」「家でも作ってみます」



との声が聞かれました。



食中毒を予防しましょう！

6月は食中毒が特に多く発生する時期です…食中毒を防ぐために予防をしっかりと！

高齢者は免疫力が低下しがちで、食中毒のリスクが高いため、日頃の予防が大切です。特に 梅雨の時期は気温と湿度が高くなり、細菌が繁殖しやすく、食中毒の危険が増します。以下のポイントを意識しましょう。

1. 手洗いの徹底
調理前、食事前、トイレの後は、石けんをしっかりと手洗いをしましょう。
2. 食材の適切な管理
梅雨の時期は特に食材の傷みが早いので、生鮮食品は速やかに冷蔵・冷凍し、消費期限を守りましょう。
3. 十分な加熱
肉や魚、卵などは中心部までしっかり加熱し、食中毒の原因となる細菌を死滅させることが重要です。
4. 清潔な調理環境
包丁やまな板は使用後すぐに洗浄・消毒し、生ものと加熱済みの食品を分けて扱い、交差汚染を防ぎましょう。
5. 高温・高湿時の注意
梅雨の間は食品の腐敗が早まるため、調理済みの食品は長時間常温で放置せず、早めに食べることが大切です。また、冷蔵庫の温度管理にも気をつけましょう。
6. 体調管理と意識付け
発熱や下痢などの症状がある場合は、調理や配膳を避けましょう。
また、食中毒予防に関する意識付けのために、手洗いの大切さや食品の扱い方など、家族で話をしましょう。

梅雨の季節は食中毒が発生しやすいので、日々の工夫でリスクを減らし、安全な食生活を守りましょう！



相談室

こんにちは、西の京相談室の福井です。

6月になり夏が近づくにつれ喫茶店で飲むアイスコーヒーがおいしい季節になりました。

さて今回も高齢者複合施設都和のはな1Fカフェはなについてご紹介します。

私が3番目にすすめるメニューは

ナポリタン 700円 トロント + 100円(セットの場合)

※テイクアウト可

酸味と甘味のある懐かしい味です。

チーズをかけるとコクが出て、

ブラックコーヒーがよく合うのでおすすめです。

これからの季節はアイスコーヒーをおすすめします。



西の京ふれあいサロン

5月20日(火)、第21回目の西の京ふれあいサロンを開催いたしました。

今回の参加者は12名。作業療法士が体操を行った後、アコーディオンの演奏に合わせて童謡などの歌を歌い、その後、コーヒーを飲みながら茶話会を行いました。

スタッフ一同、地域に根差してきたなと手ごたえを感じています！

次回は、6月17日(火)15:30～に開催！！



Let's go!

興味のある方は
ご参加ください！
はじめての方歓迎！
お待ちしております！