

さくら咲く

題字塗り絵：水野光雄様

1月7日(火)・8日(水)に正月行事を行いました。

正月行事



「宮坂流やまぶきの会」
「JA遠州夢咲舞姫隊」の皆様



おみくじ

和菓子おやつ

獅子舞い

今年のお汁粉は本物のお餅入り!

鏡開き

利用者様と職員とで、デイサービスへのご希望や困りごとなど、お話をする時間をもちました。ご意見、ご要望をいただきましたので一部ご紹介します。

食事について

味付けがちょうどいいと思うよ。

玄関のすぐ前で来てくれるのが嬉しい。

送迎について

時間が前後する日は電話くれればいいよ。

良くも悪くも...まあまあといったところかなあ。

活動について

外出が嬉しい。

プリントやパズルなど頭を使うことをやりたい。

ご飯が温かくていい!

行事がとても楽しいよ!

自分は皆のすることを見ているのがいいな。

入浴について

もう少し熱いお湯が好み。

広いお風呂に気持ちよく入れている。

その他

言葉使いや態度で気になるときがあるよ。

ありがとうございました。いただきましたご意見、ご要望を職員研修で共有し、個別の支援内容や職員の接遇マナーの改善に向けて話し合いを行いました。



～職員紹介～

12月から佐倉デイで介護員として働かせていただいています。早く仕事を覚えて、皆様の支えになりたいです♡

予備があると安心! 佐倉デイサービスでは、不織布マスクの着用をお願いしています。大勢の方に安心安全にご利用いただくためにも、皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

見学希望の方はご相談ください
「佐倉デイサービスセンターってどんなところ?」
感染対策の為、見学前の体調管理等をお願いしながらご案内させていただきます。

～佐倉デイ 2月スケジュール～

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

1月のひとこま

ボランティアさん大募集!!

佐倉デイでは、喫茶コーナー、草取り、プリントの丸付け、お話や麻雀のお相手、レクリエーション等、様々なお手伝いをして下さる、地域のボランティアさんを大募集しています。

連絡先 ☎0537-85-8120) までお気軽にお問合せ下さい。

月間栄養ニュース ～大豆製品を食べましょう～

節分は毎年2月3日ごろに行われる日本の伝統行事です。立春は旧暦のお正月にあたるため、かつての日本では特に重要視されていました。一年で最も重要な季節の節目である立春の前日に、悪い物を追い出し、縁起の良い物を食べて、新しい年を迎えようという意図で行われてきました。

節分の行事

- ・豆まき 豆をまき終わったら、それぞれ自分の年齢の数、あるいはそれに1つ加えた数の豆を食べます。そうすることで、その年の無病息災を祈ります。
- ・糀餅 (ひいらぎいわし)、焼い鳴がし (やいかがし)
- ・恵方巻 年神様がいらっしゃる縁起の良い方角を向いて、切り分けていない太巻きを無言で食べます。

大豆の栄養

大豆にはタンパク質が含まれており、「畑の肉」と呼ばれています。大豆の脂質に含まれる不飽和脂肪酸は、血中のコレステロールを下げる、血圧を下げる、動脈硬化や血栓の予防などさまざまな作用があります。その他にもビタミンB1、B2、C、E等のビタミンが多く含まれており、生活習慣病予防に効果があります。

大豆の有効成分

- ・イソフラボン：骨密度を維持して骨粗鬆症を防いでくれる効果があります。
- ・レシチン：認知症の予防、脳梗塞・脳出血の予防、ストレス予防、疲労回復、理解力・記憶力・集中力の増進など、嬉しい効果がたくさんあります。
- ・サポニン：血液中のコレステロールや中性脂肪を溶かし、血液をサラサラにします。

食事に関する相談を随時お受けしております。お気軽にお問い合わせください。東海清風園 栄養課 0537-86-3286