

豊玉南しあわせの里便り

ご利用者及びご家族を始めとした皆様におかれましては、当施設の運営に際しまして、日頃より多大なるご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。

さて、昨年(2022)の11月には、ご利用者及び家族の皆様を対象といたしましたアンケートにご協力を賜りまして、誠にありがとうございました。皆様から頂戴しました貴重なご意見やご要望等に対するご返答を、近日中にお知らせいたします。

いただきましたアンケートの中でも、皆様からご意見や要望が多かったのが、ご利用の皆様とのご面会方法に関する内容でございました。

新型コロナウイルスが発生してから丸三年が過ぎ、政府や厚生労働省を始めとした公官庁等からの通達等の動向、また、世間一般の受け止め方や反応も、まさに今、大きな転換点を迎えています。

そのような背景も受けまして、皆様にご協力をいただいております感染症対策に起因する当施設における対応につきましても、段階的ではございますが、見直しもしくは変更をさせていただきたいと存じております。

尚、ご面会の方法を始め、具体的な変更内容等につきましては、決まり次第、書面やホームページ等で皆様にご報告申し上げます。

皆様の引き続きのご理解とご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

施設長 山内 利信

看護課～免疫カアップには発酵食品が効果～

免疫細胞の60%～70%は腸内で活動している、「善玉菌」は免疫細胞を活性化させる働きがあります。



＜善玉菌を増やしてくれるのは＞

納豆やぬか漬、味噌や醤油、ヨーグルトなどの発酵食品が効果的です。食物繊維が含まれるきのこや海藻、根菜類も効果的です。

＜冷たいものは避けて温かい食事に＞

冷たい食事は体を冷やして腸内の免疫細胞の働きを鈍くさせます。

＜和食は免疫カアップに優れた食事です＞

カロリーや栄養バランスも良く、発酵食品が多い和食はとても効果的です。



発行人 2023年3月号
社会福祉法人 安心会
施設長 山内 利信
〒176-0014
東京都練馬区豊玉南2-26-6
TEL 03-5946-2323



特養

まだまだ寒い季節が続いておりますが、皆様体調を大きく崩されることなく穏やかな日常を過ごされております。

特養では2月8日(水)に節分会を開催しました。節分会ではミニゲームのようなイベントを行い、ご利用者様方には鬼退治をして楽しんでいただきました。

また、装飾で節分のかわいらしい鬼を作っていました。

栄養課

《節分献立》
ちらし寿司
いわしのつみれ汁
茶碗蒸し
みかん



デイサービス

今年の2月3日(金)に、久しぶりに節分会を実施しました。職員が鬼に扮し、ご利用者様に豆まきで厄払いをしていただきました。

また、バレンタインデーにちなみ、おやつレクとしてチョコレートフォンデュ会を行いました。ご好評を頂いているおやつレクも、今後は行っていきますのでお楽しみにして下さい。

《今後の予定》

3月29日(水) バイオリン演奏会
その他、ギター演奏会等を予定しています。



【理髪日】3月13日(月)・15日(水)・23日(木)

ご希望の方はお早目にお申し出下さい。

月曜日・水曜日・木曜日以外のご利用者様で理髪をご希望の方は、曜日を追加、または振り替えることも可能ですので、お気軽にご連絡下さい。