

ケアセンター便り

介護老人保健施設
足立老人ケアセンター
足立区保木間5-23-20
電話 03-5686-3965



【5月グルメサークル】初夏の洋風弁当



様々な取り組みを紹介いたします

足立老人ケアセンターでは、看護・介護・リハビリのサービスを提供するだけでなく、毎日の食事についても様々な工夫をこらしています。写真は通所リハビリ（デイケア）で年6回開催しているグルメサークルのメニューの一例です。毎回受付開始と共に定員に達してしまうほどの人気の活動です。

今号ではケアセンターの入所・通所フロアで行っている様々な取り組みを紹介いたします。

初夏の洋風弁当

- 雑穀米
- コンソメスープ
- 白身魚のフリッター
- チキンガランティーヌ
- 焼き野菜のマリネ
- フルーツゼリー

当日のメニューです

管理栄養士お勧めのレシピ



管理栄養士
庄司良平

ご利用者様とフロア職員が一緒におやつを手作りで作る「オヤツサークル」は人気の活動です。季節に応じたメニューを管理栄養士が作成し、衛生面に注意しながら調理を行っています。今の季節は毎年「梅シロップ作り」を行います。ご家庭でも簡単に作れますので是非お試しください。1ヶ月ほど経過した頃が飲み頃となります。冷水やソーダで割って飲むのがお勧めです。他にもレモンなどでも美味しくできますよ。

今年も美味しく
できますように。



【材料】 青梅1キロ 氷砂糖1キロ
お酢150ml

【作り方】 青梅と氷砂糖を瓶に交互に入れ、最後にお酢を入れてから全体に馴染ませます。発酵に注意して時々ガス抜きを行って下さい。

私達の取り組みを紹介します



五月祭・夏祭り・敬老会など、東京足立病院と合同の行事が数多くあります。



専門職による様々なリハビリを提供しています。



季節の食事・デザートをご用意しています。



毎日手作りのオヤツを提供しています。



書道や手工芸などのプログラムが充実しています。



くもん学習療法を導入して10年が経ちました。



音楽療法士による音楽療法！



ご自宅へ伺う訪問リハビリも行っています。

【通所】新プログラムを開始しました！



老健通所星組ではリラクゼーションプログラムを始めました。間接照明とアロマオイル、足浴とアロマオイルなど組み合わせを工夫してリラックスを図ります。アロマオイルの香りを拡散させる器具も使用しています。食事のあとゆったりとしたリラックス空間で思わず眠ってしまう方もいらっしゃいます。皆さんとてもリラックス出来ると大好評です！その他にもストレッチ（体操ではなく、あくまでもストレッチ）を行った後に癒しの効果のあるミュージックとDVDでリラックス！こちらも大好評です。ぜひご参加ください。

入所・通所フロアから版

各フロアの日々の様子を紹介いたします。

ボランティア懇親会を行いました



今年度も当施設で活動されているボランティアさんをお招きしての懇親会を年3回開催する予定です。5月23日（火）に今年度1回目の懇親会を開催いたしました。今回も大勢のボランティアさんにお越しいただきました。

地域支援勉強会を開催しました

5月23日（火）に、ご利用者様ご家族・地域住民の皆様・ボランティアの皆様を対象とした勉強会を開催しました。次回は7月を予定しています。どなたでもご参加いただけますので、ぜひお越しください。



【次回予告】介護ケア基礎講座Ⅱ
入浴・排泄介助（7月25日）

新入職員紹介

新年度を迎え、各部署に新たな職員が入職しましたので紹介いたします。



自転車で訪問
しています。

今年度より足立老人ケアセンターの訪問リハビリに入職した安藤誠です。地域の方々の安全・安心な在宅生活のために、個々の体の状態や病状に合わせた訪問リハビリを提供してまいりたいと思います。宜しくお願いします。



ピチピチの20
代です！

5月より2階療養棟に入職しました田中理絵です。猫とアニメとGLAYが大好きで、ただいま恋人募集中です！先輩たちに負けなように若さを活かして頑張ります。宜しくお願いします。

職場長紹介（3階療養棟）

老健3階認知療養棟で勤務をしている林です。去年、足立老人ケアセンターで永年勤続20周年を迎えました。現在は老健3階にて業務にあたっていますが毎日が新鮮な気持ちで対応をさせていただいております。

これからも、ご利用者様・ご家族様の不安を取り除く対応が出来たらと考えております。20年前はスリムだった私も、今は写真の様に貫録がついてしまい昔の見る影はなくなりましたが、今も昔も笑顔をモットーに頑張っていますので、宜しくお願いします。

足立老人ケアセンター 3階療養棟 副主任 林 潤一郎



ケアセンターからのお知らせ

♪ 夏も近づく八十八夜 ♪



5月初旬に八十八夜という事で抹茶バûûûûを提供いたしました。八十八夜は立春から88日数えて、その頃に摘んだ新茶を飲むと無病息災、長寿に至ると言われております。施設では抹茶を使用したバûûûûにあんこのソースとホイップクリームをかけて提供いたしました。これからも誠心誠意、心を込めて食事を提供していきます。

※写真は常食の例です。すべての食種の方に提供されたわけではありません。

食中毒に注意！

行楽シーズンで海に山にと出かけられる方も多いと思いますが、その時せっかく作ったお弁当で食中毒になってしまったら旅行が台無しになってしまいます。そこで今回は食中毒予防に関してお話させていただきます。タイトルにもある通り重要な事は手洗いです。

『手袋を使うから手洗いなんで大丈夫』『加熱するから大丈夫』と思っている方がいるとすれば危険です。手袋を装着する時の手が汚れては結局食材も汚れてしまいます。また、熱に強い毒素を出す食中毒菌もいる為、やはり食材を扱う手は清潔に保っておいた方が良いでしょう。そのうえで手袋を装着しておにぎりを握ったり、美味しいお弁当を作ったりして楽しい思い出を残してください。

管理栄養士 庄司良平

正しい手洗い方法



介護老人保健施設 足立老人ケアセンターのご案内

所在地：東京都足立区保木間5-23-20

電話：03-5686-3965 FAX：03-5831-2246

交通：東武スカイツリーライン 竹ノ塚駅 東口より

東武バス 花畑団地行（竹15）にて10分

「団地入口」下車 徒歩2分

つくばエクスプレス 六町駅より 東武バス

花畑桑袋団地行（六18）、花畑団地行（六19）

にて10分 「花畑4丁目」下車、国道方面へ

徒歩10分

<http://tokyoadachi-med.jp/tag-rouken/>

