

スマイルスマイル新聞

8月号

令和3年8月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや

ショートステイ便り



短期入所生活介護事業所

例年がない長雨に不安の毎日でしたが、久しぶりに太陽を見てほっとしました。これからまた厳しい暑さが戻ってくるようです。体調には十分気をつけていきましょう。

少しでも季節を感じていただけるように皆さんの集まる食堂の壁は、ひまわりや朝顔の花の飾りの他にスイカのビーチボール、花火の貼り絵が加わり夏らしさがアップしました。



7/23から始まりました東京オリンピック…新型コロナウイルス等で手放しには喜べない中での開催となりましたが、オリンピック中継が始まると食い入るようにテレビを見る皆さんの姿が見られました。「いよいよ始まったね～。」「東京でのオリンピックが観られるなんて！幸せだね～。」「がんばれ～！」と、昔を懐かしむ声、選手を応援する声…様々な声が聞かれ、オリンピックに対する関心の高さが伺えました。

★毎週**火曜日**と**木曜日**は増澤先生（柔道整復師）による機能訓練を実施しています。

厨房便り

8月も暑い日が続きますね。熱中症対策としては、お部屋の温度に注意しながら、こまめに水分を摂るようにしましょう。また、十分な睡眠とバランスのよい食習慣も大切です。お食事も喉越しの良いものに偏りがちですが、疲労回復に役立つビタミンB1を多く含む豚肉料理やうなぎも良いです。また汗をかくと失われがちなカリウムは、旬な野菜のトマトや胡瓜、すいかやバナナといった果物で補いましょう。たくさん汗をかいたり、熱中症かもと思った時には、すぐに飲めるように市販の経口補水液なども準備しておくが良いです。しっかり対策をして元気に夏を乗り切りましょう

8月の行事食の紹介

◎山菜炊き込みご飯、きんぴら汁、枝豆とトウモロコシのミートローフ、冬瓜とエビの冷やし鉢、そばサラダ、お茶の時間には、夏の和菓子ひまわり饅頭を提供いたしました。他、**夏祭り週間**

には、冷たい**アイスクリーム**や**たこ焼き**、**すいか**、**みつ豆**など、季節感を味わっていただきました。



スマイルスマイル新聞

8月号

令和 3年 8月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ
岡谷市長地片間町1-11-1
ウェルハートおかや

デイサービス便り

暑い日が続いていましたが、例年になく豪雨に見舞われたお盆となってしまいました。被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。

★夏祭り週間★



7/26～31の一週間、夏祭りを行いました。金魚すくいに射的、ヨーヨー釣りとお馴染みのゲームを楽しんで頂きました。おやつも夏祭りに合わせ、涼しげな物を出してもらいました。

★壁画★



壁画が夏らしく変わりました！
分かりずらいかもしれませんが、上には花火、六地蔵の下は甘そう
なスイカを飾りました。六地蔵にもスイカを持たせました。

9月の予定

敬老会週間：9/20～25
日替わり風呂：9/20～25

ひまわり便り

芋掘りと芋煮・芋餅作り



9月の予定

9月6日(月) 葛まんじゅう作り
9月24日(金) 25日(土) おはぎ作り
9月28日(火) 29日(水) 蒸しパン作り

蒸しパンは2～3種類の生地とトッピングを数種用意してそれぞれオリジナルの蒸しパンを作っています。どんな物ができるのか楽しみです。

7月28日と8月12日に芋掘りを行いました。今年は男爵芋5kgアンテス芋4kgの9kgの芋を収穫出来ました。「今年は何処も芋の出来が悪い。」と聞いていたのですが、昨年より1kg多く収穫出来たので、上出来としましょう。新しい芋で芋餅を作りました。ほくほくしてとても美味しかったです。皆さんたくさんお手伝いをして下さいました。

◎ 一般型、認知症対応型共に利用の空きもありますので、振り替え利用、追加利用
曜日変更、夕食付き延長、お試し利用等 気兼ねなくご連絡ください。

電話：28-0755 担当：武井、渡邊、高澤