

スマイルスマイル新聞

7月号

令和4年 7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

厳しい暑さが続いています。ショートステイでは冷たい飲み物もご用意して熱中症や脱水の予防でこまめな水分補給しています。

7月7日の七夕に合わせて食堂の壁に飾り付けをしました。

「健康でいること！」「健康第一！」など、それぞれの方の思いが込められていました。「健康でいなければ皆と会うことや話すこともできない。」と話をされていました。皆さんで色塗りもして色とりどりの彦星と織り姫が再会出来ました。



厨房便り



☆夏バテ予防について

暑い日が続くと、食事をそうめんや冷たい麺なので簡単にすませしてしまうという方も多いのではないのでしょうか。麺類は食欲がない時も食べやすいですが、麺類のみでは炭水化物に偏ってしまいます。一緒にたんぱく質（肉・魚・卵・大豆製品等）や野菜などを組み合わせ、バランス良く食べましょう。

また、引き続き安心・安全な食事の提供に努めさせていただきます。

☆7/7（木）七夕メニューの紹介

ホタテご飯、豆腐とみょうがのすまし汁、豚しゃぶの酢味噌かけ、冷やし鉢（南瓜含め煮・揚げ茄子・そうめん）、七夕フルーツポンチ、お茶には、西瓜の和菓子を提供いたしました。

スマイルスマイル新聞

7月号

令和 4年 7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

今年は梅雨が短く、毎日暑い日が続いていますね。デイサービスでも皆さんに冷たい飲み物なども勧め、熱中症には十分気をつけています。

★物作り週間★



7/5(火)から1週間、ミニうちわ作りを行いました。皆さんには好きな模様のうちわの紙を選んで頂き、うちわの骨をバランス良く広げて紙を貼って頂きました。皆さん「この模様いいね!」「可愛いね!」と喜ばれ、紐を付けてキーホルダーにされた方が多かったです。うちわの模様はビー玉に絵の具をつけて転がした物ですが、なかなか素敵ですよ!

★テイルームも夏の雰囲気です★



7月から壁画が新しくなりました。皆さんにも協力して頂き、浦島太郎の壁画になり、まるでテイルームが竜宮城のようです。

皆さん「私はあの魚を塗ったよ。」など話しをしたり、会話も弾んでいました。また秋からの壁画をお楽しみに!

8月のお風呂
ミント風呂：15日～20日

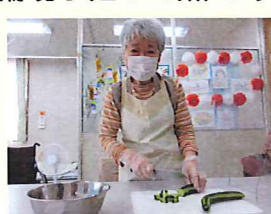
ひまわり便り 野菜の収穫



6月の下旬よりきゅうりが収穫出来るようになりました。お天気の良い日が続いているのでミニトマトも赤くなりました。トマトは洗って丸かじりして「取れたては美味しいね。」と楽しみました。きゅうりは、スティックにして味噌をつけて食べたりしましたが、上手く噛めない方もいるため、しまに皮を剥いて、5～6ミリの厚さの輪切りにして煮てみました。とても好評でした。

8月の予定

カボチャの煮物作り
わらび餅作り
フライドポテト作り
大根の種蒔き



◎ 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