

デイサービスセンターみほた

手作りおやつ



今月のおやつ作りは「フルーツどら焼き」を作りました。クリームやあんこ、フルーツをトッピングして、美味しかったです。



さくらの里通信

令和6年6月号 令和6年6月10日発行

編集・発行：たるかわ福祉会

特別養護老人ホームみほた デイサービスセンターみほた

住所：〒963-0123

福島県郡山市三穂田町鍋山字前原 250-2

ホームページ URL : <http://tarukawa-f.jp>



ホームページはこちら



日々の移り変わりがとても早く感じられ、もう6月です。例年の目標は毎年変わらず「痩せて筋肉女子になること！」。昔の研修で「なりたい自分を他の人へ言葉にして話してみてください。」というのがあり、未だに口にしておらず、願望のみとなっています。最近の体力消耗といえば、子の追っかけ応援で声出しとラッパを吹くことです。めったにラッパ担当にはなりません、勝利のためには頑張ってやりこなしてきました(^_^)v
その期間、スタミナをつけるため会場近くの食堂で食事をしました。教えていただいたおススメがとても美味しかったので写真アップしたいと思います。

～ご紹介のお店～

石川町野木沢駅近く『丸仙食堂：B 定食レバーとニラの炒め ¥750』一度レバーを揚げ、辛味系のタレと炒めてあり食欲をそそります。レバーも柔らかくしっとりとしていて、こんなレバーは初めてでした。メニューも沢山あり、目移りしてしまうほどです。なんといっても、料金が安く財布に優しい

♡お願いすればご飯の量を少なくでき、通常料金より50円値引いていただきました。お邪魔した日は、担々麺や五目焼きそばを注文されるお客さんが多かったです。帰りにデザートと思う方は、『よしだや』というお菓子屋さんが近くにありますが。私の一押しは、『ゆたかもち』シュークリームの皮に米粉を使用していて皮がモチモチで美味しいです。これからの時期は、保冷バックに保冷剤を持っていけば帰宅するまで安心して持ち運べますね。



生活相談員 佐藤美智代



手作業



「くじらぐも」を作成中です。今月は、緑の背景と空に浮かぶ雲を作りました。楽しみながら作業されています。



外出企画

(幸楽苑)



美味しいね♡



看護師便り

月日の経過は早いもので、6月となりました。今年も猛暑になるようなので、この猛暑を乗り越えるために対策をお話させていただきます。まず、汗をかきやすい体づくりを行いましょう。軽い運動をするよう心掛けたり、お風呂に入り汗をかくのも良いでしょう。そして、重要なのが水分をとることです。水分は一日1,500mlをとることをおすすめします。①朝起きた時 ②食事と食事の間 ③おやつの時 ④入浴の前と後 ⑤夜寝る前等に飲めると良いですね。

看護師：松川美智子

みほた情報板

今月のデイサービスとショートステイの空き状況は下記の通りです！ご利用希望の際は、ケアマネ様や担当 SW:佐藤美智代へご相談ください！

| デイサービス空き状況 定員：18名/日 (R6.6.10 現在) | | | | | | |
|----------------------------------|---|---|---|---|---|--|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| × | ○ | ○ | △ | ○ | ○ | |
| ○⇒空きあり △⇒空きややあり ×⇒空きなし | | | | | | |

| ショートステイ空き状況 部屋：6床 (R6.6.10 現在) | | |
|--------------------------------|------|------|
| | R6.6 | R6.7 |
| 男性 | × | × |
| 女性 | × | × |
| ○⇒空きあり △⇒空きややあり ×⇒空きなし | | |

○デイサービス・ショートステイの空き状況の詳細は、当施設ホームページにて毎週金曜日に更新しております。また、電話にて確認もできますので、お気軽にご相談下さい。

特別養護老人ホームみほた



毎年恒例のみほた運動会🎉を開催。
玉入れと風船パレー🎈を東西それぞれに行いました。
チーム分けを行い、優勝チームには金メダル🏆、準優勝チームには銀メダル🥈が授与されました。体を動かし「楽しかった😊🎉」との声が聞かれました😊。



5月

5月の誕生日会を行い🎂7名の方をお祝いしました🎉。
プレゼント🎁はメッシュの靴下🧦を贈りました。
これからの時期には良いですね😊



お花植え

天気☀️の良い日に
中庭で植木鉢に花
を植えました🌸



6月よりICTを導入し、インカム、iPadを活用し、コミュニケーションの円滑化、業務の効率化を図っております。

