

今年の桜も終わり、緑が眩しい新緑の季節になってきましたね🌿🌿🌿
5月はゴールデンウィークがあるので、旅行や帰省などで人の往来が増えます。様々な催し物もありますので、出かける時は余裕を持って楽しめるようにしたいものです！



ソ ミン ジョン
徐 敏 庭

趣味：音楽鑑賞
一言：昨年実習でとても
お世話になりました。
よろしくお願いします。



きんじょう さえか
金城 佐江香

趣味：手芸
一言：頑張りたいと
思います。よろしく
お願いします！

【今月の写真】

4月より入職した職員を紹介いたします。皆様、お声がけしてくださいね♪(*~*)♪

《お知らせ》

○感染対策について、①ご利用前検温②手指消毒励行③手洗い・うがいの推奨④換気⑤職員のマスクの着用などを継続しています。

○令和6年度介護報酬改定に伴い、再度の契約書取り交わしをさせていただいたところですが、6月1日よりさらに処遇改善加算の算定率が変わります。5月初旬ごろよりお知らせと変更同意書をお渡しいたしますので、詳細をご確認ください。

《看護師から》認知症ケア「ユマニチュード」その3

今月はユマニチュード4つの柱「見る」「話す」「触れる」「立つ」の「触れる」について説明していきます。

- ・目を合わせたまま、ゆっくり話かける。
- ・目を合わせたら2秒ほど待ってから話しかける。相手に聞き取りやすいようにゆっくりと、低めの声で話すとよい。
- ・相手の好きそうなことや興味を引きそうなことを前向きな言葉で話す。
- ・黙って介護しないように「左手を拭いていますよ」「足を上げますよ」介護者の動作を言葉にしたり「ニコッとした？」というように相手の反応も言葉にして、いつもの3倍を目安に話しかけて、言葉を溢れさせましょう。

5月行事予定 10日(金)、16日(木) ギターボランティア 27日(月) 日本舞踊
24日(金) 運動会！！

〈編集後記〉過ごしやすい日がだんだんと多くなり、外出が楽しくなる時期ですね。外で陽の光を浴びると、なんだか少し健康になった気分になります☀️実際、骨粗鬆症の予防のためには一日10分くらい外気浴をすると良いようです。窓越しでは効果がほとんど無いとのことですので、デイサービスで機能訓練をした後にでも中庭のベンチで休憩がたら日光を浴びるのはいかがですか？今年度の美浜いきいきデイサービスの目標は、骨密度と筋肉の強化！スタッフも利用者様もいっしょにムキムキ目指しましょう👏👏！

高見

いきいきプラザ献立表

2024年5月分

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1 御飯 すまし汁 厚揚げと野菜の中華炒め きゅうりとわかめの酢の物 果物 506 kcal 漬物 4.3 g	2 御飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 筍とフキの煮物 果物 429 kcal 漬物 3.9 g	3 御飯 味噌汁 鶏の唐揚げネギソース 切干大根煮 果物 635 kcal 漬物 4.3 g	4 赤飯 すまし汁 メバルの煮付け 小松菜のお浸し 果物 477 kcal 漬物 4.1 g				
				抹茶カステラ 96 kcal	ババロアバニラ 90 kcal	杏仁豆腐 59 kcal	こいこいお焼き 75 kcal				
6	御飯 味噌汁 豆腐の五目煮 金平ごぼう 果物 543 kcal 漬物 4.8 g	7 御飯 味噌汁 アジの南蛮漬 里芋のそぼろ煮 果物 559 kcal 漬物 4.5 g	8 けんちんうどん 肉団子黒酢風味 果物 433 kcal 漬物 3.9 g	9 御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き オクラの湯葉和え 果物 542 kcal 漬物 4.5 g	10 御飯 味噌汁 タラのピカタ 長芋のサラダ 果物 519 kcal 漬物 5 g	11 御飯 すまし汁 鶏肉のピザ焼き ほうれん草白和え 果物 575 kcal 漬物 3.5 g					
	青リンゴゼリー 59 kcal	チョコバナナ 92 kcal	いちごドーナツ 91 kcal	フルーツ寒天 27 kcal	バームクーヘン 141 kcal	ババロアストロベリー 90 kcal					
13	御飯 味噌汁 豚カツ 菜の花の辛子和え 果物 530 kcal 漬物 4.1 g	14 御飯 味噌汁 豚肉と野菜のオイスター炒め 筍土佐煮 果物 496 kcal 漬物 4.2 g	15 御飯 味噌汁 親子煮 いんげんの胡麻和え 果物 599 kcal 漬物 4 g	16 御飯 味噌汁 赤魚の煮付け モロヘイヤのお浸し 果物 431 kcal 漬物 3.9 g	17 御飯 味噌汁 豚肉の梅しそ焼き 野菜大豆煮 果物 547 kcal 漬物 3.5 g	18 御飯 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ フキの煮物 果物 459 kcal 漬物 4.3 g					
	プチケーキ 121 kcal	ぶどうゼリー 51 kcal	牛乳ケーキ 67 kcal	たいやき 29 kcal	プリン 81 kcal	ようかん 119 kcal					
20	御飯 すまし汁 サバの味噌煮 じゃがいも金平鶏そぼろ 果物 600 kcal 漬物 4.1 g	21 ハヤシライス コンソメスープ カニ風味サラダ 果物 551 kcal 漬物 3.4 g	22 御飯 味噌汁 豚肉ケチャップ炒め 大根とカニのくずあん 果物 496 kcal 漬物 3.8 g	23 御飯 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き 野菜のトマト煮 果物 589 kcal 漬物 3.5 g	24 御飯 味噌汁 サーモンフライ 大根の甘酢和え 果物 552 kcal 漬物 3.7 g	25 なめこおろしそば チキン二色巻き 果物 497 kcal 漬物 4.2 g					
	豆寒天 20 kcal	どら焼き 112 kcal	ババロア抹茶 110 kcal	りんごのコンポート 57 kcal	ストロベリーゼリー 59 kcal	サラダせんべい&餅カステラ 62 kcal					
27	御飯 味噌汁 チャンプルー ブロッコリーの胡麻和え 果物 514 kcal 漬物 3.7 g	28 御飯 味噌汁 鶏の山椒焼き 切り干し白和え 果物 583 kcal 漬物 4 g	29 御飯 味噌汁 鱈の柚子おろし煮 ひじきサラダ 果物 602 kcal 漬物 4.7 g	30 御飯 中華スープ 回鍋肉 春雨サラダ 果物 569 kcal 漬物 3.8 g	31 わかめごはん 味噌汁 肉じゃが 小松菜とじゃこのお浸し 果物 552 kcal 漬物 5 g						
	かぼちゃかのこ煮 72 kcal	ババロアチョコ 89 kcal	ピーチゼリー 51 kcal	プチシュークリーム 122 kcal	あんずケーキ 142 kcal						

※食材の仕入れ状況により、献立が変更になる場合があります。