

美浜いきいきデイだより

令和7年5月号

♪屋根よ〜り〜た〜か〜い こいの〜ぼ〜り〜♪…さわやかな季節となりました🌱🌱
歩く時には、転ばないようにとついつい足元を見ながらになってしまいがちですが、時折
立ち止まって上を見上げてみてください！きれいな青空が広がっていて、気持ちも晴れやか
になります！



石黒指導員

4月の人事異動で
美浜いきいきに配
属されました、ピカ
ピカの若手職員、相
談員の石黒太陽で
す！明るい笑顔で
頑張っています！



お楽しみ会に和の会の皆
様が、踊りを披露してく
ださいました♪♪

お楽しみ会の特別おやつ
『プッチンプリン』『プッチ
ン』できましたか？!(^^)!



《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
検温・マスクの着用⑥室内の持続換気などを継続しています。

○中庭にグリーンカーテンを設置します。機能訓練・日光浴を兼ねて、ご利用者様にもお手伝
いいただくことがございます。参加ご希望の方は、職員までお問い合わせください。

《看護師から》 お薬について 第2回『薬を使う際の注意点』についてご紹介します。

○錠剤・カプセル

これらの中には薬に含まれる有効成分が少しずつ溶け出す、あるいは胃ではなく腸で溶けて
効くよう工夫された薬もあります。そのため、むやみに噛んだりつぶしたり、カプセルを外し
たりしてはいけません。

どうしても飲みにくい場合は、医師や薬剤師など専門家に相談しましょう。

○目薬

容器の先に、目やまつ毛が触れないようにしましょう。

また2種類使用する場合は、少なくとも5分程度の間隔を空けましょう。

*薬を安心して使う為には、正しい使用方法や使用する際の注意点を知ることが大切になりま
す。薬を使用される際、今回ご紹介した内容を参考していただけたいと思います。

4、5月号では、知っておいていただきたい基本的な知識についてご紹介しました。

来月は『ジェネリック医薬品』についてご紹介します。

5月行事予定

20日(火) 🌸🌸🌸春の大運動会🌸🌸🌸

2日(金) 15日(木) ギター、26日(月) 和の会(日本舞踊)

〈編集後記〉最近の物価高騰…本当に大きな打撃ですね〜(涙) 野菜の価格に手が出せない
ことが多々あります。そんな中、もやしって本当にありがたいですね！今年の3、4月は
もやしに大変お世話になりました(感謝) ところでもやしって野菜の固有名称ではないんで
すって。語源は、「発芽させる」を意味する「萌やす」に由来しているそうです。今の季節
にぴったりの言葉ですね(*^^*) 5月は新緑が萌える季節！萌える若葉で癒されて、もやし
料理でお財布にやさしく、夏本番に向けて心と体を整えましょう！！

高見



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	
		ごはん みそ汁 カレーINメンチカツ れんこんの土佐煮 ささげのごま和え 漬物 果物	ごはん みそ汁 鶏肉の八幡巻き 南瓜の煮物 菜の花の辛子和え 漬物 果物	ごはん みそ汁 牛肉豆腐 茄子の煮浸し生姜風味 姫皮竹の子とふきのおひたし 漬物 果物 	
5	6	7	8	9	10 
こどもの日献立 あさりピラフ みそ汁 大人のお子様ランチ ツナ入りコールスローサラダ 漬物 果物	ごはん みそ汁 カレイの中華あんかけ(野菜入) チヂミ いんげんと木耳の和え物 漬物 果物	スタミナ豚丼 みそ汁 ほうれん草の煮浸し 漬物 果物	ごはん みそ汁 赤魚の煮付け たけのこの煮物 切干大根の甘酢和え 漬物 果物	ごはん みそ汁 麻婆茄子 チャプチェ ザーサイと木耳の中華和え 漬物 果物	豚甘辛ごはん(錦糸卵) みそ汁 かき揚げ オクラおかか和え 漬物 果物
12	13	14	15	16	17
ごろごろ野菜のポークカレー みそ汁 ブロッコリーのペペロンチーノ 漬物 果物	ごはん みそ汁 直火焼ハンバーグ(和風玉葱ソース) 高野豆腐の鰹風味 キャベツの胡麻和え 漬物 果物	ごはん みそ汁 チキンカツ(大葉) かに入りつみれ おくらとえのきのお浸し 漬物 果物	醤油ラーメン(鴨トッピング) なすのそぼろ煮 もやしの中華和え 漬物 果物	ごはん みそ汁 さばの煮つけ 鶏そぼろとジャガイモの煮物 白菜としらすの和え物 漬物 果物	ごはん みそ汁 やわらかチキンの塩だれ 国産なめたけと野菜の煮物 小松菜のナムル 漬物 果物
19	20	21	22	23	24
ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き風 さつまいものレモン煮 菜の花辛し和え 漬物 果物	鶏ご飯 みそ汁 鮭とわらびの玉子そぼろ ささげのお浸し 漬物 果物 	ごはん みそ汁 さわらの照り焼き タケノコの煮物 白菜とカニカマの和え物 漬物 果物	中華あんかけ丼(旨塩) みそ汁 マロニーと野菜の煮物 漬物 果物	愛情弁当 ごはん みそ汁 ポークステーキ ほうれん草とコーンのソテー ツナ入りコールスローサラダ 漬物、果物 	ごはん みそ汁 たら煮つけ レンコンと人参のきんぴら 白菜となめ茸の香味和え 漬物 果物
26	27	28	29	30	31
ごはん みそ汁 ピザ風トマチーチキン アンチョビキャベツ みかんなます 漬物 果物	ごはん みそ汁 豆腐野菜ハンバーグ 金平ごぼう 小松菜と椎茸のおひたし 漬物 果物	ごはん みそ汁 にしん生姜煮 あんかけふくさ卵 ほうれん草とえのきの和え物 漬物 果物	ごはん みそ汁 海老と野菜のチリソース 中華風春雨 だし入りわかめの酢の物(しらす) 漬物 果物	ごはん みそ汁 鶏のから揚げ 白菜の煮びたし もやしの胡麻和え 漬物 果物	山菜おろしそば ほぐしだらの和風あんかけ 漬物 果物