

かなこぎ苑 だより

医療法人社団 郁栄会
介護老人保健施設 かなこぎ苑

平成22年 7月 発行

夏号

JA 熊本より新茶の贈呈式

さわやかな香りと旨み、甘みが特徴の「新茶」をJA熊本様より頂きました。立春(2月4日)から数えて88日目の日を「八十八夜」といい、昔から、この日に摘み採られたお茶を飲むと1年間無病息災で元気に過ごせると伝えられています。かなこぎ苑利用者の皆様のご健康を祈願しながら皆様に美味しく頂きました。



JA 鹿本「山本青年部」よりスイカの贈呈式

重さに驚かされ / とてもみずみずしく甘くて美味しいと大好評でした



職員紹介

新入社員を紹介します。



栄養科：高本 ゆき子

こんにちは

入苑して3ヶ月が経ち、雰囲気には少しずつ慣れてきたところです。最近ホームベーカリーを購入し、パン焼き練習を始めました。美味しい食事・パンを提供できるよう頑張ろうと思います。どうぞお楽しみに。今後とも宜しく願い致します



栄養科：権藤 優子

初出勤が、5歳の誕生日でした。

趣味は草花の育つ様子を見るのを“心休まる”ときとし、秋に植えたピオラがまだ頑張っています。

「かなこぎ苑」の第一印象は笑顔がいろんなところにあふれている、私も一日も早く笑顔を発せられるようになりたいと思います。よろしくお祈りします。

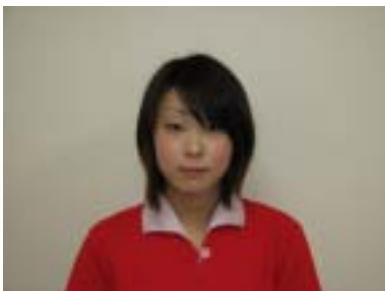


介護士：松下 幸助

4月からかなこぎ苑で働いています。

一日一日大切にし、一生懸命頑張ります、よろしくおねがいします

出身は天草で、地元ではよく釣りをしています。



介護士：中川 咲

こんにちは

介護職として採用していただきました。

まだまだ緊張の連続で空回りばかりですが、どんなときも一生懸命頑張りますのでよろしくおねがいします。



介護士：高木 まゆ

4月から介護職として働かせていただいています

まだ不慣れな点も多く、皆様にはたくさんご迷惑をおかけするかもしれませんが、毎日いろんなことを経験・吸収し、今後活かしていきたいと思いますのでどうぞよろしくお願い致します



ハッピーウエディング



平成22年2月22日に入籍し、5月2日に結婚式を挙げました。皆様からたくさんのお祝いの言葉大変うれしく思っています。

9月には子供も生まれる予定で幸せいっぱいですが、ますます仕事に励み、夫・父親として、家族を守っていききたいと思います。7月からオープンした特養で働きます、皆様のご指導を力に頑張っていきますのでこれからもよろしくお願ひします。

社会福祉法人 郁栄会
特別養護老人ホーム サンビレッジ高平台
ショートステイ高平 デイサービス高平

平成22年7月1日オープン★



熊本市大窪3丁目にオープンいたしました。

栄養科よりこんにちは

栄養士 高本
参考【健康情報】

夏バテを予防

日本の夏は、温度だけではなく湿度も高いので、大変過ごしにくいと言われます。しかし、近年は冷房の効いた室温と暑い戸外の温度差に身体の体温調整機能が適応できず、体調を壊すことが多くなってきています。

最も基本になるのは自分や家族の健康の保持・増進です。バランスのとれた食事をする、適度に運動や休養をしてストレスを溜めない、これが夏バテ対策のスタート地点です

十分に栄養と休息をとりましょう。
水分補給・脱水に注意しましょう

夏バテ回復の3原則

1. 十分な休養・・・冷房を効かせるとしても26 ~ 28 以下にせず直接風が当たらぬよう
2. 適度な運動・・・朝夕の散歩など
3. 規則正しい食事・・・1日3回規則正しくバランスのよい食事

ここで紹介したことは対策の一部ではありますが、日ごろからこれらのことを念頭において、ご家庭でも安全な食事を楽しんでください。

事務からのご連絡



食べ物の持ち込みについて（お願い）

蒸し暑い毎日が続く、食中毒の発生しやすい時期となってまいりました。つきましては当苑では食中毒予防のために、ご利用者の皆様への食べ物（市販のお菓子も含まれます）の持ち込みをご遠慮頂くことになりました。持ち込まれた場合にはスタッフに声をかけていただきますようお願い申し上げます。ご不明な点がありましたら各ユニット担当のスタッフへご連絡下さいますようお願いいたします。



編集後記 いよいよ夏本番です！食中毒・夏バテなどおこさないよう体調管理にご注意ください。

編集委員が変わりました。これからも楽しいかなこぎ苑だよりをお送りしていきたいと思っておりますので、よろしく願いいたします。（編集委員：高原、青山、川上、高本、松下、高木、井上）