介護老人保健施設　ゆうむ　広報誌　きらくだより

平成23年5月発行　第40号

この度の東北・関東大震災にて被災された方々に、心よりお見舞いを申し上げます。
震災後、当施設でも計画停電実施の影響により、節電や面会時間の変更、又おやつの提供の中止などでご迷惑をおかけして申し訳ありません。
今現在は、おやつの提供を再開しております。食事のメニューに関しては、今後も入荷状況等により変更となる場合がありますので御了承下さい。ご利用者様、ご家族様にはご理解とご協力をいただき感謝致します。

春

計画停電により、今年度のお花見会は中止とさせていただきましたが、４月に入りお天気もよく暖かくなってきましたので、皆でリハビリ室前のお庭にお花見に行きました。

桜や風影の話に皆様聞き入っていました

桜の前で最高の笑顔の乙女達

さくらの前で物思いにふけっています

さくら

桜の種類は300種以上もあり、1年中日本のどこかで咲いているそうです。桜は日本だけの花だと思いがちですが、主に北半球に分布し、日本以外に台湾や韓国、中国やヒマラヤにも見られます。主なものにヤマザクラ、オオヤマザクラ、オオシマザクラ、マメザクラ、エドヒガン、シダレザクラなどがあります。国内で多いのがソメイヨシノ。これは江戸時代の末期に東京の染井村（豊島区）の植木師によってオオシマザクラとエドヒガンを交配して誕生したと言われています。名前は吉野山のヤマザクラとの混合を防ぐため、発祥の地にちなんで明治33年に「染井吉野」と命名されました。

ゆうむからのお知らせ

次回のイベントの予定は、7月23日（土）に納涼祭を予定しておりますが、計画停電の心配もあり内容等は未定となっています。
決定しましたらお知らせいたします。

☆ゆうむでは午後１時３０分頃より
レクリエーションを行なっており
ます。この日、3Fフロアーは皆で
風船バレーをして盛り上がりました。

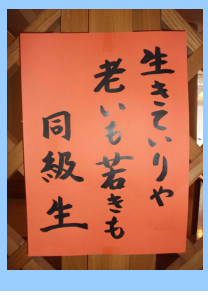
☆こちらは、通所をご利用いただいている
小松　庸様による作品。とうもろこしの
皮で作った草履です。お見事！！

☆通所では、ゆうむ中庭にて足湯を行なっています。

足湯すると
気持ちもゆったりと

足元が温まると
自然と笑顔が・・・

☆通所フロアーや、2F・3F各フロアーにも
たくさんの川柳が貼られています。思わず
笑顔になってしまうものや、「なるほど～」
と感心してしまう作品など・・・。
とても楽しめますよ。



CS委員会より

３月に実施しました満足度調査の
ご協力ありがとうございました。東北関東大震災で
大変な状況だったにもかかわらず、ご家族様からは
７８の回答をいただきました。結果については５月
中には報告していく予定です。
平成２３年度も「安心できる施設作りへの提言」を
目標に活動していきます。今後とも御協力をよろし
くお願いします。

フロアーからのお願い

衣替えの時期となります。
冬物衣類から薄手の長袖のものをご用意いただけると
ありがたいです。施設内は冷房も入りますので薄手の
チョッキやカーディガンなどもご用意いただければ助
かります。衣類には名前の記入をお願いします。
衣類のほつれ、破れ、ボタンのとれたところやファス
ナーの故障、ゴムのゆるみ等の確認もよろしくお願い
致します。

季節の食材紹介

「鰆」～さわら～

【動脈硬化の予防、高血圧の予防、口内炎の予防】
さわら（鰆）は、白身で淡白なようにみえますが、
その成分はまぐろにも含まれる「EPA」や「DHA」
といったコレステロールを取り除く成分を豊富に含
んでいますし、血圧を予防するのに有効なカリウムも
たくさん含まれています。出世魚としても有名で、
サゴシ→ヤナギ→サワラという名前になります。

「キャベツ」

【胃酸の分泌を抑えて粘膜を修復するビタミンU】
ビタミンUは、キャベツから発見されたビタミン様
物質で　キャベジンとも呼ばれ、胃薬の名前にもある
ように、胃腸の粘膜の修復に必要なたんぱく質を合成
します。淡色野菜の中ではビタミンCが豊富、どちら
も芯の周辺に多く含まれます。