

しらすぎ通信

理念:「個の尊重」「安心と信頼」を大切に
質の高いサービス提供を目指します。

第153号

発行日:平成 30 年 9 月

発行:指定管理者

公益財団法人横浜市総合保健医療財団

発行責任者:総合相談室長 伊藤未知代

〒222-0035

横浜市港北区鳥山町1735番地

電話 045(475)0103

FAX 045 (475)0101



朝晩の風に、ひっそりと秋の気配が感じられる
ようになりました。

今日開催の演芸会では、敬老の日をお祝いし、
皆さまで楽しみたいと思います。

季節の変わり目ですが、ご体調はお変わりあり
ませんか。中秋の名月を眺める時には、どうぞ夜
風にご注意ください。



職員紹介リレー

厳しい暑さの夏が終わり、ようやく虫の音が聞こ
えてくる季節になりました。
いつも「しらすぎ苑」をご利用いただきありがとう
ございます。

昨年4月から、リハビリ職とし
て、水曜日と木曜日に勤務してい
ます言語聴覚士の金山節子です。



私は、言語障害や嚥下障害の方への専門的なリハ
ビリを担当しています。話すことや、食べ物をのみこ
むことが難しくなっている方への機能回復をお手伝
いしています。

加齢とともにのみこむ力が弱くなると、食べ物が
肺に入って誤嚥性肺炎になることがあります。のみ
こむ力を鍛える口の運動は、肺炎を防ぐための大切
なリハビリです。

また、会話が難しくなっている方のリハビリでは、
話すことが楽しくなるように、その方にあったこと
ばの練習を行っています。

誰もが笑顔になれるように、それぞれの利用者さ
まにあった楽しいリハビリを提供しています。

ことばの障害や食べ物ののみこみのことで、お悩
みのことがありましたら、いつでもお気軽にご相談
ください。

10月



8(月) うたごえさろん 14:00~15:00 1階

8(月) 昼食 行事食(体育の日)
★きのこごはん ★鮭のみみじ揚げ鶏肉松風焼き
★壬生菜のしめじ和え ★さつま芋甘煮
★季節の果物

10(水) コーラスクラブ 14:00~15:00 2階

13(土) 文化祭 10:00~15:00 センター
華やかな恒例行事をお楽しみに!

17(水) ガーデニング 9:00~10:00 1階

19(金) 民謡の会 14:00~15:00 1階

20(土) 港北区ふれあい祭り 9:00~11:00
新横浜駅前公園
ご家族様どうぞご参加ください

22(月) うたごえさろん 14:00~15:00 2階

合唱会(声と歌) 14:00~15:00 1階

23(火) 昼食 郷土食(神奈川県)
★ちまき風ごはん ★海老のフリッター
★中華風コーンスープ ★杏仁豆腐

24(水) コーラスクラブ 14:00~15:00 1階

31(水) ハロウィン 15時おやつ かぼちゃプリン

スイカ割り



皆さんの頑張りで見ごと割れました!





栄養管理室だより

vol.3



特集

しらさぎ苑管理栄養士による

今回は、選択食のお話です！



しらさぎ苑では、夕食時に主菜を肉料理か魚料理か選んでいただく、選択食を年に4回(7月、9月、1月、3月)

おこなっています。選択食の時は、いつもより手の込んだもの、皆様のリクエストの多い物を取り入れ、主菜はお肉かお魚かを決めていただきます。

栄養士が料理の写真をお見せし、どちらがよいか聞き取りを行い、入所者様の希望をうかがいます。初めから肉料理か魚料理かと決められている方、料理の写真を見て思い悩む方、様々いらっしゃいます。いつもどちらかのメニューに偏ることなく、ほぼ同じ数になります。こちらの気持ちを汲んでいただいているのか、聞き取りをさせていただいて不思議なことです。実際に食べていただくといつも以上に笑顔で「おいしかった」「両方のメニューを食べたかった」と栄養士がうれしくなるような様々な感想を聞くことができます。

7月の献立は、夏に向けて元気ができるように、鶏肉のトマトソースがけ、魚のパン粉焼きカレー風味でした。9月は、栗ごはん、きのこ汁、シルバーサラダに、鮭のチャンチャン焼きか肉団子のクリーム煮を選んで頂きます。季節感のある献立をご用意しています。魚料理か肉料理、あなたはどちらを選びますか？



※写真は8月の郷土食の様子です！

今年の夏は、酷暑に加え大きな自然災害に胸を痛める事が多かったです。日頃からの備えが大切と言いますが、しらさぎ苑でも9月に入り防災月間としての取組を実施しています。