

横浜市総合保健医療センター しらさぎ通信

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164号

■発行日：令和 元年 8 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

☎ 045(475)0103 Fax.045(475)0101



蝉しぐれもせわしい酷暑の折、みなさま お元気で
いらっしゃいますか？

猛暑のお疲れが出るころです。くれぐれも油断な
いけませんよう、水分補給と熱中症対策、元気の出る
食事を摂って この夏をやり過ごしましょう！

9月22日から、当センター隣接の日産スタジアム
でラグビーワールドカップが開催されます。面会など
いらっしゃる際は、土日混雑が予想されますので、
お気を付けていらして下さい。

職員リレー



皆さま、こんにちは。

管理栄養士の高瀬智亜紀と申します。

立秋を過ぎ、本格的な暑さを迎える時期となりましたが、皆さまはお変わりなくお過ごしでしょうか？

私事です、先月風邪をこじらせてしまい、食事を
食べられない日が続きました。幸い風邪は治ったの
ですが、食事を摂らなかったために身体がふらふら
になってしまい、改めて、食事をきちんととることが
大事だと認識する出来事となりました。

ご利用者様に「食事が楽しみ」と声を掛けて頂く
ことがあるのですが、お食事を楽しみながらしっかり
召し上がり、毎日を元気に過ごして頂けるようにお手
伝いさせていただきたいと思っております。

これからもどうぞ宜しくお願い申し上げます。

9月の予定



9月2日(月)14～15時	うたごえさろん	老健 1F
9月9日(月)14～15時	うたごえさろん	老健 2F
9月11日(水)14～15時	コーラスクラブ	老健 2F
9月16日(祝)14～15時	うたごえさろん	老健 1F
9月16日(祝)	長寿の湯	老健 1・2F
9月17日(火)	長寿の湯	老健 1・2F
9月18日(水)8:30～9:30	ガーデニング	老健 2F
9月18日(水)14～15時	演芸会	老健 1・2F
9月20日(金)14～15時	民謡の会	老健 1F
9月23日(祝)14～15時	うたごえさろん	老健 2F
9月25日(水)14～15時	コーラスクラブ	老健 1F

9月の行事食



9月16日(祝) 敬老の日(昼食)

赤飯・天ぷら盛り合わせ・野菜の炊き合わせ・
すまし汁・春菊の菊花和え・季節の果物

9月18日(水) 演芸会(おやつ時)

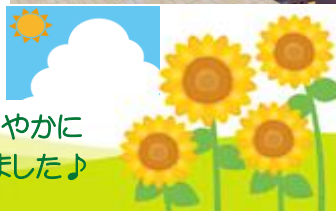
生クリームどら焼き



9月24日(火) 選択食(夕食時)

栗ご飯・シルバーサラダ・きのこ汁・
肉豆腐 か 魚の竜田揚げ を、どちらか選択・
フルーツカクテル缶

8月のご様子



ぬり絵 などをして穏やかに
お過ごしになっていました♪

祭

令和元年 7 月 27 日 (土)

祭



台風の心配もありましたが、無事開催することが出来ました！多くの皆さまにご参加いただき感謝申し上げます。賑やかで楽しい夏祭りになりました♪

やっぱり夏祭りといったら盆踊りさ～♪



賑やかでうきうきするねえ



《感想・ご意見》

- ☆本人はとても楽しみにしていたので、無事開催されて良かった。
- ☆飾りつけや浴衣など、盛り上がる雰囲気が本人も楽しそうでした。
- ☆家族、知人と過ごせて良かった。
- ☆こうした行事をこれからもお願いします。



- ☆お好み焼きはカットしていて良かった。
- ☆飲み物の種類が多くて良かった。
- ☆かき氷は半量があってもよかった。



夏祭り・介護教室・家族会へのご参加ご協力ありがとうございました。心より感謝申し上げます。皆さまからのご意見を参考に次年度に活かしてまいります。まだまだ厳しい暑さが続いております。熱中症に気をつけて過ごしましょう。

