

## 暑い臯月。恒例の**健康診断**を受けて、うおずみは**猛暑**の夏へ!



健康診断

開幕3連勝! 交流戦開幕4連勝! と、素晴らしいスタートダッシュを見せるものの、いまだ浮上の兆しが見えない今年のタイガース。そんな地元球団の戦いを気にしながら、うおずみでは夏へ向かうこの季節。様々な段階を踏んでいます。

まずは年に二度実施する、消防署を招いての防火訓練。忘れた頃にこの時期が来るため、ちょうどいい訓練になります。厨房をはじめガスや電気を扱う業務に携わる者としては、いつも気を引き締めて事にあたりたいと思います。

続いて、5月最終週は大久保病院へ通っての健康診断。こちらは年1回です。いつものようにレントゲン着に着替え、ドライブがてら病院へ。過去に何度も経験されて慣れた方も多く、事がスムーズに運びました。

そして、勉強会。年に15回程施設内にて実施していますが、今回は救急時の対応について。ベテラン介護職でも、急変時に平常心を保つのは難しいもの。あらゆる場面を想定して、心技体の準備しておくのが重要なことなのです。

さらに、6月第一週はトライやるウィークの中学生受け入れ。ケータイ・ゲーム世代の金の卵たちと異世代交流を持ち、ヤングパワーを吸収できた梅雨入り前でした。この夏も猛暑! 暑さに負けず、クールな頭脳と熱いハートで、私たちは夏へ向かいます。

㊦ トライやるウィーク(6/1~5)の中学生と交流

㊧ 救急時の対応について勉強会を実施(5/28)



誕生日会

▲臯月の誕生日には宛をかぶって(5/10にて。五月二十二日)  
㊨夏の書を披露!(五月二十二日)



熱血書道  
美浴人衣



防火訓練

▲レントゲン検査を待つ(大久保病院にて。五月二十九日)  
㊩防火訓練のため来訪した消防車の前でパチリ(五月十三日)



トライやるウィーク



トライやるウィーク

新さくべて風呂蒸かしてたなんて信じられへん〜



勉強会

米一粒を軽んじているのか、重んじるあまりなのか…?

うおずみ考⑦

差し入れ消費期限の遵守、食事の保存は調理後2時間まで…私どものような立場では、それらを破ることは許されません。我が国での食品廃棄量は年間約1,900万トン、そのうち食品ロス(まだ食べられるのに廃棄されるもの)は、約500~900万トンにもものぼります。一方、世界では9.6億人が栄養不足の状態にあります。そんな中、まだ食べられるものを私たちは日々涙を飲んで捨てています。自宅では消費期限が少々過ぎていても、構わず食しているのに。しかし、万が一ご利用者様にもしものことがあったら…そんなジレンマ、そんな矛盾、そんな葛藤を見る思いです。来客があれば、余る程の料理を振る舞ってもてなすのか、たとえケチと思われても、食品ロスをしないよう人数分だけを用意するのか? この豊かな国では、どうすればいいのでしょうかねえ… たこ焼きの鉄板でホットケーキを焼きました(1丁目。5/9)



# 厨房だより カルシウムの詰まった白身魚フライを食べて夏空へFly away!

うまーい!



魚料理が多い施設の献立。うおずみでは、その中でも、味付けや外観にひとひねりを加えています。例えば、6月3日昼食の白身魚フライ。魚は、うおずみでおなじみのホキです。フライにする魚の代名詞ともいえるものですが、これに隠し味(企業秘密!)をつけて。サクサクのころもで、プリプリのホキをくるみます。

なんと、ボリュームのある食べ応え! 魚大好きの方も、そうでない方にも「うまい!」とうならせるパワーが入っているのです。もちろん骨抜きで、食べやすさも抜群。美味しいランチを食べて、夏空へFLY!と



いざましようか!

## メニューカミングス〜

6/21 《父の日》 天ぷら定食

30 《水無月メニュー》

7/7 《七夕スペシャル》 そうめん

7月・提供日未定 ~

《ご当地フェア》 そばめし

《土用の丑》 うなぎ(どんな調理方法で出るか、お楽しみに!)

《旬の魚》 鱧(はも)

## デイサービス看護師



## スタッフ

生年月日 ☆ 1954年3月27日

血液型 ☆ O型

出身地 ☆ 朝来市和田山

家族構成 ☆ 子供3人独立し、  
夫と二人暮らし

趣味 ☆ きものリフォーム、  
ハーブの花栽培



## 数珠つなぎ

## 白石 郁子



ひと言 ☆

スタッフの皆様、利用者様より日々教わる事が多い毎日です。利用者様には「ここに来るのが楽しみ」と言っていただけのように努力していきたいと思えます。



## うおずみ 春夏秋冬 インフォメーション 重要

介護保険負担限度額認定証の更新時期です。先月号でお伝えしたとおり、一定の預貯金等がある方は、施設へお支払いいただく負担が増えます。その証憑として、今回は預貯金通帳コピー等の添付が求められています。更新通知が届いたら、各自で申請手続きをお願いします(今年は施設で取りまとめた申請は致しません)。

### ◆ ◆ ◆ これからのうおずみ ◆ ◆ ◆

- 6月9・23日(火) 《パン販売「なないろ」》 12時半頃
- 12日(金) 《音楽療法(田中様)》 13:45~(地)
- 16日(火) 《いなみの学園・萬芸楽房》 13:45~(地)
- 17日(水) 《日本理美容福祉協会》 訪問理美容サービス
- 19日(金) 《うおずみシネマクラブ》 13:30~(地)
- 29日(月) 《音楽療法》 13:45~(地)
- 30日(火) 《ペン習字》 13:45~(地)
- 7月3日(金) 《あかねが丘学園・大正琴》 13:45~(地)
- 6日(月) 《青葉台うたうサークル》 13:45~(地)

▲「茶摘み」にのせて手合わせ(音楽療法 5/14)  
▼さくらんぼを見つけました(施設東側にて)



日本一のノッポビル、あべのハルカスへ行ってきました。地上60階・287mからの眺めは素晴らしいものでした。地球が丸いことがよくわかります。加えて展望台の広さ! 通天閣やポートタワーなどの規模とは比べものになりません。さすが21世紀の建造物です。高い展望料金を払って満足していたら、さらに一人500円を払って地上300mのヘリポートへ上がれるとのこと。商売上手ですね。ここまで来たら、屋外の300mを体験したくなります。16階→60階へわずか40秒で上がる高速エレベーターと違い、13mアップは60段の寂しい階段を使って。ウルトラマンの背丈の7.5倍もある高さの空気を、存分に吸い込みました。北に京都タワー、西に明石海峡大橋が望める場所に立ち、何もかも忘れて、いつもより少し太陽に近付いたひとときでした。

## 編集後記

