

デイサービス

美穂の家 押切新聞

平成30年10月号

9月15日は『美穂の家・押切』のお誕生日。
今年で開所5年を迎えました。ここまでの歩みは利用者様をはじめ、ご家族様など多くのみなさまのおかげと感謝しております。ありがとうございます。
これからも、家庭的なデイサービスとして、職員一同皆様をお迎えいたします。これからも、宜しくお願い致します。

利用者様からたくさんのおめでとうをいただきました～



5周年のお祝い御膳



デイサービス

美穂の家 押切

9月17日は「敬老の日」
今年も皆さんの長寿をお祝いし、
健康をお祈りしました。



めでと
お 敬老の日



花輪可憐さんの
南京玉すだれ



利用者様の三味線
披露



議員さんからの
お祝いの言葉



ボランティア
フェリッツのみなさん



職員のマジックショー

「冷えに注意・身体を温める食材」

「手足が冷たい」などの冷えに悩んでいる人は、65歳以上で6割程度、75歳以上で8割もいると言われています。特に高齢者の冷えは「免疫力の低下によって風邪をひきやすくなる」と言った事態を招くことが有ります。冷え性の改善には「衣類」や「運動」「入浴の仕方」など、色々な方法がありますが、ここでは「身体を温める食材」をご紹介します。

【身体を温める食材】

肉類：鶏肉・羊肉・鹿肉

魚介類：あじ・さば・いわし・うなぎ・アナゴ・えび・鯛・かつお・ぶり・たら・鮭・さんま・まぐろ

乳製品：チーズ

野菜類：にら・小松菜・ねぎ・たまねぎ・人参・かぶ・大根・南瓜・ごぼう・蓮根・生姜・しそ・にんにく

穀物：もち米・玄米

豆類：いんげん・そら豆・納豆・くるみ・松の実・くり・黒ゴマ・銀杏・なつめ・松の実

くだもの：桃・ザクロ

調味料：みりん・味噌・黒糖・酢・山椒・コショウ・からし・わさび・豆板醤・唐辛子

※ 白砂糖は身体を冷やします。身体を冷やす食材を控える事も「冷え予防」につながります。



稲葉起久代

ホームページをご覧ください

美穂の家のホームページでは、スタッフブログを開設しております。

ブログの中では、利用者様の日々の様子などをお伝えしております。ぜひ、ご覧ください。

美穂の家ホームページアドレス：<https://mihonoie.net/>

パート職員（介護）募集

美穂の家では、一緒にお仕事をして頂ける職員を募集しています。未経験の方でも大歓迎です。ご興味のある方は、お気軽にお問合せ下さい。

問い合わせ デイサービス美穂の家 押切
TEL054 (346) 8564 担当：宗
株式会社KAZ企画
TEL054 (340) 7877 担当：遠藤

株式会社 KAZ企画
ボンベルカーユ デイ 美穂の家・押切

静岡市清水区押切62-7
TEL:054(346)8564 FAX:054(388)9611