



《 制服、アロハシャツに 》



6月から職員の制服がアロハシャツになりました♪
デイルームの雰囲気も、明るくなり一気に夏らしくなりました。
制服の雰囲気、ジメジメした夏が少しでも爽やかに感じて頂けたらと思っています。

《 介護保険負担割合証のお知らせ 》

一定以上所得のある方がサービスを利用したとき、利用者負担は所得により変動します。
7月中に要介護認定を受けた人全員に、自己負担の割合が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます。
介護保険負担割合証の有効期間は、8月1日から翌年7月31日までの1年間で、毎年更新されます。
前年の所得によって負担割合が決定します。請求業務に関わる書類になりますので、デイサービスやケアマネージャーさんから、コピーの依頼があった時はご協力お願いいたします。

《 ちょっと体操の時間 》



《 熱中症の季節です 》

例年より少し早いですが、ニュースや天気予報などからは「熱中症に注意」という言葉をよく耳にします。

気温や湿度の高い日や日差しの強い日は勿論ですが、特に注意しなければならないのは「睡眠不足の日」とのことです。めまいや立ちくらみ、汗を大量にかいている時は日陰など涼しい場所に移動して身体を冷やし熱を冷ましてください！また、水分は勿論ですが塩分も摂りましょう。

のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしたり、暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って温度調整をするように心がけましょう。

☆ 予防のポイント ☆

- ・ 水分摂取と休憩
- ・ しっかり食事を摂り、よく眠る！
- ・ 涼しい服装

《 熱中症予防に、ご自宅でも作れる経口補水液 》

水 …… 1リットル
砂糖 …… 40g
(大さじ4と1/2杯)
塩 …… 3g
(小さじ1/3杯)
レモン果汁 …… 25cc

市販されている「OS-1」(飲む点滴と呼ばれている飲料)とほぼ同じ組成になります。手軽に作れますので、皆さんも試してみてください。

*** 大量に飲み続けると健康面に弊害が出る可能性があります。特に、食事・水分制限のある方はご注意ください。**

《 お願い：お菓子の持ち込みは禁止です！ 》

以前にも広報などでお知らせをしておりますが、お菓子などの持ち込みはご遠慮ください。
周囲の方に渡してしまう可能性があります。周囲の方々は食事制限のある方や、固い物が食べることが出来ない方が多くいらっしゃいます。

《 緊急でお休みや追加利用のご連絡は… 》

ご連絡が行き違いや遅れて伝わる事がございます。緊急でお休みや追加利用希望の際はケアマネではなくアコモードデイサービスに電話でご連絡下さい。

《 電話：04-7189-5201 デイサービス宛て 》

* 悪天候時の送迎について



昨年もありましたが、台風や雪などの悪天候により送迎時間や帰宅の時間に大きな変更がある場合がございます。事前にご連絡が出来れば良いのですが、当日の連絡になる場合もございます。ご家族様にはご迷惑をお掛けいたしますが安全第一の為、ご協力お願いいたします。

2 0 2 0

☆ 7 月 の ご 案 内 ☆

7/20 盆踊り大会

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			カラオケ教室 お楽しみ風呂	的入れ大会	的当て大会 お楽しみ風呂	ダービーゲーム
5	6	7	8	9	10	11
マッサージ お楽しみ風呂	カラオケ大会 お楽しみ風呂	的抜き大会	扇子でゲーム お楽しみ風呂	輪投げ大会 お楽しみ風呂	魚釣り大会	スリッパ飛ばし お楽しみ風呂
12	13	14	15	16	17	18
マッサージ お楽しみ風呂	銭形平次ゲーム	サッカー大会 お楽しみ風呂	カラオケ教室	的抜き大会	扇子でゲーム お楽しみ風呂	ゴルフコンペ お楽しみ風呂
19	20	21	22	23	24	25
マッサージ お楽しみ風呂	盆踊り大会 お楽しみ風呂	ダービーゲーム	的当て大会 お楽しみ風呂	輪投げ大会 お楽しみ風呂	ボーリング大会	輪送り大会
26	27	28	29	30	31	
マッサージ お楽しみ風呂	金魚すくいゲーム	お手玉ツムツム お楽しみ風呂	狙ってポイ！！	カップにポン！ お楽しみ風呂	ダービーゲーム お楽しみ風呂	

今月の歌

あ真清水の湧き出ずるがにわが裡の生命

親子はひと世限りなるに許にて

A. Y 様

K. Y 様



アコモード デイサービス 献立だより 2020年 7月



	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
昼	7月7日(火)昼食 『七タソーメン』 	日本では、昭和57年から7月7日をそうめんの日と定めました。由来は、そうめんを天の川に見立てた、小麦粉は毒を消す、神様への小麦の収穫の感謝など様々な諸説があります。	たこ飯 さばの西京焼き 筍と油揚げの煮物 胡瓜の酢和え すまし汁	御飯 豚肉のオイスターソース炒め ひじきの煮物 中華スープ 杏仁豆腐	お好み焼き れんこんの炒り煮 味噌汁 すいかゼリー	御飯 さけの南部焼き 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーサラダ 味噌汁	御飯 牛肉のピリ辛炒め たこふくさ焼き 胡瓜の塩ナムル 味噌汁
15時			パウンドケーキ	せんべい	酒まんじゅう	ファンシーケーキ	マドレーヌ
	6	7	8	9	10	11	12
昼	御飯 かれいの揚げ浸し 里芋と鶏肉の煮物 マカロニサラダ 赤だし	稻荷寿司 七タソーメン 大根と豚肉の煮物 マンゴー缶	御飯 豚肉のバター醤油炒め かにシューマイ うまい菜のぼん酢和え 味噌汁	ビビンバ なすの味噌炒め 中華スープ フルーツ	御飯 ホキの唐揚げ 鶏肉の炒め物 ちくわのなめ茸和え 味噌汁	親子丼 キャベツの炒め煮 とろろのゆかり和え 味噌汁	御飯 ホッケの塩麹焼き 焼き豚の炒め物 いんげんとコーンのサラダ 味噌汁
15時	ミルクまんじゅう	ミルクプリン	雅桃山	パウンドケーキ	アセロラゼリー	冷やししるこ	クリームコンフェ
	13	14	15	16	17	18	19
昼	シーフードカレー 福神漬け カリフラワーのマヨサラダ ヨーグルト	御飯 野菜炒め 千草焼き ブロッコリーサラダ 味噌汁	ぶっかけそば れんこんと豚肉の煮物 ほうれん草の豆乳和え 味噌汁	御飯 がんもの炊き合わせ からし菜の炒め物 コールスローサラダ 味噌汁	ばら寿司 なすの鶏そぼろ煮 味噌汁 白桃缶	御飯 豚肉と大根の利休煮 もやしの炒め物 さつまいものサラダ かきたま汁	御飯 肉団子の更紗あんかけ 白菜と油揚げの煮浸し 胡瓜とささみの酢の物 味噌汁
15時	黒ごまみたらし餅	抹茶ケーキ	黒糖まんじゅう	ペアプチシュー	ぜんざい	カフェマドレーヌ	ワッフル
	20	21	22	23	24	25	26
昼	枝豆御飯 さけの柚庵焼き 大根と平天の炒め煮 味噌汁 マンゴー缶	うな井 高野豆腐のサイコロ煮 味噌汁 胡瓜の浅漬け風	御飯 豚肉のごま醤油炒め 白菜と昆布の煮物 味噌汁(おくら・大根) ぶどう	海鮮焼きそば うまい菜と豚肉の煮浸し カリフラワーサラダ コンソメスープ	御飯 ハンバーグ れんこんの煮物 小松菜の豆乳和え 味噌汁	鶏の照り焼き丼 切干大根の煮物 味噌汁 冷凍パイ	御飯 焼きさばの南蛮漬け 冬瓜の煮物 味噌かきたま汁 キャベツの浅漬け風
15時	ミルクまんじゅう	チーズ餅	スイートポテト	黒糖まんじゅう	ぼたぼた焼き	パウンドケーキ	水ようかん
	27	28	29	30	31	7月21日(火)昼食 『うな井』 	
昼	御飯 チキンカツ ふかしじゃがいも 胡瓜の土佐酢和え 味噌汁	御飯 回鍋肉 うまい菜和え 中華スープ 杏仁豆腐	御飯 三色稲荷の炊き合わせ 肉金平(牛肉) 大根と人参の柚子生酢 味噌汁	御飯 いわしの山椒煮 ほうれん草のソテー あさりの酢味噌和え すまし汁	ビーフカレー 福神漬け もやしとハムのサラダ ヨーグルト	夏のは暑さが厳しく夏バテをしやすい時期なので、昔から「精の付くもの」を食べる習慣があり、「うなぎ」も奈良時代から有名だったようで、土用うなぎに結び付いたそうです。	
15時	ずんだ餅	シフォンカップケーキ	せんべい	チョコマドレーヌ	ほうじ茶プリン		

* * * ご相談ください * * *	
夕食サービス	定期的な夕食サービス希望者の方に、お弁当をご用意しています。 《要契約》 1食380円です。(昼食は400円です)
延長・短縮	ご都合に応じてご利用出来ます。 前日までにご連絡ください。
急なお泊り	特養でのショートステイが可能です (ベッドの空きにより)。
急なご利用の時	その日の朝ご連絡をいただいてもご利用出来ます。(8:30~17:30)但し昼食が広報のメニューと異なる事がございます。
年中無休	日曜日、年末年始やゴールデンウィーク等ご利用出来ます。
毎日のリハビリ	おしゃべりをしながら楽しくリハビリ♪
趣味活動書道	毎月、色々なボランティア様が来苑されています。
カラオケ	カラオケ教室の他、毎日皆さんに楽しんでいただいています。
地域との交流会	積極的に、地域の交流会に参加させていただいています。
急なお休みの時	当日の朝、8:00頃までにご連絡頂ければ、キャンセル料はございません。

