

きずな新聞

2023年
6月15日
木曜日
発行所
天ヶ瀬苑
デイサービス
センター

住所：京都府
宇治市白川
東山15番地
電話：0774
(23)6500

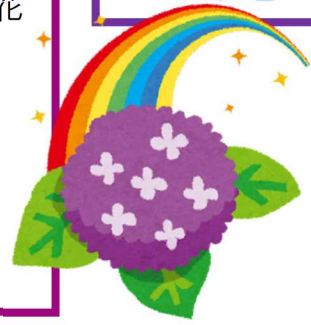
書道サークル

ただ書道をするだけでなく、背筋を伸ばし、集中して取り組まれている姿は、とても良かったです。皆様、書道を通してしっかりと、お互い交流されていました。



「水無月（みなづき）」

JUNE 6月



6月は、国民の祝日がなく、梅雨のイメージが強い月です。「梅雨」や「入梅」というように、この時期は「梅」が実ります。「梅」は「三毒（食べものの毒・血液の毒・水の毒）」を断つ健康食だと言われています。梅酒、梅干し、梅ジュース、また、梅干し作りに使う赤じそも、この頃が、旬なので、しそジュースなどをいただき、雨の季節、さっぱりと過ごしたいですね。

そして、今年の夏至は、6月21日です。北半球においては、一年で最も太陽の位置が高くなるので、日が昇ってから沈むまでの時間が長く、「一年で最も日が長い日」となります。夏至は、立夏と立秋のちょうど真ん中にあたります。梅雨のところが多いと思いますが、「夏に至る」と書かれるように、この頃から夏の盛りに向かっていき、夏を目前に控えた季節の移り変わりを感じられる頃でもあります。

6月の花
梅雨の6月ですが、草花は美しい花を咲かせてくれます。
★紫陽花
★花言葉：「移り気」「浮気」

★時期や土の状態により花の色が変化することが花言葉の由来です。

家庭でできる食中毒予防の6つのポイント！！

①食費購入

- ・消費期限などのチェック！
- ・肉・魚はそれぞれ分けて包む。できれば保冷剤（氷）など一緒に。
- ・よりみちせずまっすぐ帰ろう。

②家で保存

- ・帰ったらすぐ冷蔵庫へ！
- ・冷蔵庫に入れるのは7割程度に。
- ・肉・魚は汁がもれないように包んで保存。
- ・停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう。
- ・冷蔵庫は10度以下に維持。
- ・冷凍庫は-15度以下に維持。

③下準備

- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
- ・ゴミはこまめに捨てる
- ・まな板・包丁等は肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく。
- ・肉・魚は生で食べるものから離す。
- ・野菜もよく洗う。
- ・包丁などの器具は、ふきんは洗って消毒。
- ・井戸水を使っていたら、水質に注意。
- ・タオル・ふきんは清潔なものに交換する。

④調理

- ・加熱は十分に（めやすは中心部分の温度が75度で1分以上）
- ・台所は清潔に。
- ・作業前に手を洗う。
- ・調理を途中で止めたなら食品を冷蔵庫へ
- ・電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする。

⑤食事

- ・食事の前に手を洗う。
- ・盛り付けは清潔な器具、食器を使う。
- ・長時間放置をしない

⑥残った食品

- ・時間が経ち過ぎたりちよつとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる。
- ・作業前に手を洗う。
- ・手洗い後、清潔な器具、容器で保存。
- ・早く冷えるように小分けする。
- ・温めなおす時は十分に加熱する。（目安は75度以上）

食中毒予防の3原則

食中毒菌を『付けない、増やさない、やっつける』

厚生労働省ポスター参照

誕生日会の様子

様子

お誕生日の日や近い日に毎月該当の利用者様に前へ出てきて頂き、お花の贈呈と写真撮影をし、その後、皆でハッピーバースデーの歌をプレゼントしています。歌の後には、誕生日の方から一言頂き、日ごろ思われていることなどを皆さんに伝えて頂いています。

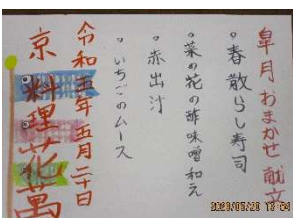
撮った写真は誕生日カードとして、プレゼントしています。5月は2名の方をお祝いしました。



写真（誕生日会の様子）
(1)

料理長おまかせメニュー

メニュー



写真（おまかせ料理）

外食



わくわくおやつ



昨年も大好評だった外食行事を5月よりスタートしました。新型コロナウイルス感染症への感染対策をしっかりと行った上で、ステーキのどん(宇治店)・和食処サガミ(宇治東店)へ行ってきました。おいしいお食事と素敵な笑顔もあり、とても賑やかな外食となりました。ご参加いただいた方々、ありがとうございました。6月予定の方、延期となった方も楽しみにお待ち下さい。引き続き宜しくお願致します。

お知らせ

「わくわくおやつ」実施時の料金は、通常料金620円に100円アップとなっております。

・散髪は2ヶ所からご案内できますが、価格が違います。ご希望の方は職員までお声かけ下さい。

台風等による特別警報が発令時の対応

近年、天候異常による局地的な大雨や台風等の自然災害も増大しており、宇治市において、利用者様・職員の安全を第一に考え、警報等に関しましては、次のように対応とさせていただきます。どうぞご理解の程、宜しくお願い申し上げます。

午前8時の時点で当施設該当地域(山城北部・宇治市)に暴風警報及び大雨警報のどちらか一つでも発令された場合は、デイサービスをお休みとさせていただきます。

理念

「共感と信頼」

わたくし達は心の中に傾けます
わたくし達は愛され信頼される専門職になります



2023年7月の予定

1	土	
2	日	
3	月	書道
4	火	書道
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	散髪 (AVANCER)
11	火	
12	水	書道
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	わくわくおやつ
19	水	わくわくおやつ
20	木	散髪(髪や)・わくわくおやつ
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

行事予定は変更する事があります。