一期一会

第25号

令和元年

10月1日発行

特養

その時その時の出会いを大切に

発行／（福）長野社会福祉事業財団　クローバーの丘
〒586-0035　河内長野市小塩町 431 番地 3
TEL　0721-60-1100　　FAX　0721-60-1101

クローバーの丘　基本理念
「ご利用者様を第一に考えた
より良い介護の追及」

帝塚山大学管理栄養士実習生
おかし作り（スイートポテト）

ボランティア感謝の会を開催
奏弦会の皆様に演奏していた
だきました。

クローバーの丘での花火大会開催

8 月 16 日（金）に駐車場で花火大会を行いました。小休憩時にはアイスを皆で食べ、季節を味わうことが出来ました。上の写真は職員の手作りナイアガラです。

～　鉄と冷え性　～

鉄は、吸収率が低く、欠乏しやすい栄養素です。欠食しがちの方は、鉄不足に注意しましょう。

（鉄の働き）血液中の鉄；体の隅々に、酸素や栄養を運搬する。
筋肉中の鉄；体温を維持する。

十分な鉄の摂取で、体に酸素が行き渡り、栄養を燃やす働きが出来て、熱が作られます。

（鉄不足）十分な酸素を全身に送り出せずに、熱を作ることが難しくなり、体の冷えが起こってきます。
栄養が末端まで運ばれず、老廃物や疲労物質排泄が出来ずに、肩こりや運動機能低下が起こります。
体が冷えると、免疫力低下で風邪などの感染症にかかりやすくなります。

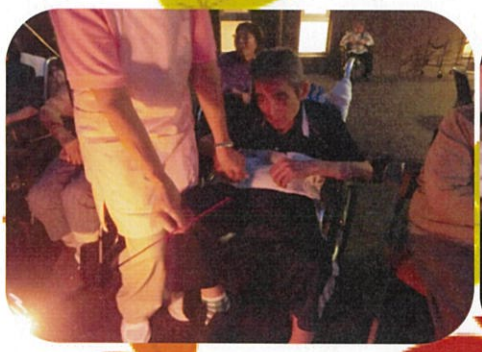
鉄の補給には、赤みの肉や魚は、吸収率が良く、効果的な補給ができます！！

構成者：城林　斎（管理栄養士）

※本紙に掲載されている写真は事前にご本人様及びご家族様の承諾を得た上で掲載させていただいています

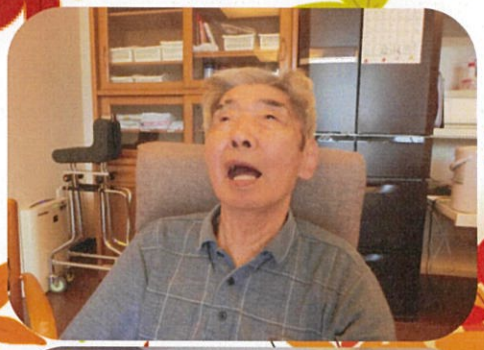
もみじの日常

田んぼの景色が緑から綺麗な黄金色に変わり、いよいよ収穫の時期になりました。この季節は旬の野菜やお魚、美味しい物がたくさんあって毎日の夕飯を考える時間がいつもより楽しくなりますね。



花火大会の様子です。
去年は台風や雨が続いて延期が続きましたが、今年は予定通り8月16日に開催されました。

サークル活動ではジグソーパズルを組み立てました。
組み立てる日を何回かに分けて完成を目指し、それぞれみなさんのお部屋に飾っています。



職員紹介

名前：江澤　康之
休日に通天閣の串かつ屋巡りをしています。どこが美味しいか探します。花火大会や地車など色んな行事でみんなとの思い出を作っていきたいと思います。

ボランティアの方が開催される歌レクリエーションの様子です。歌の合間には笑いを交えたお話があり、エレベーターホールからよく笑い声が聞こえてきます。

（ 構成者： 井上 莉緒 ）

さくら ユニット

職員紹介

藤原健太

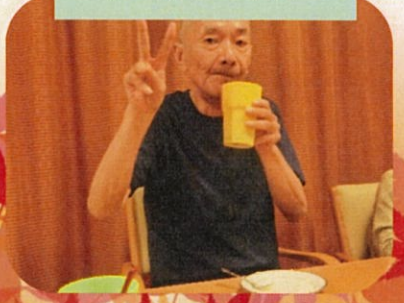
昨年結婚しました。
ただいま子育て奮闘中です！！
息子に癒されることもあれば、悩まされることもあり、毎日が充実しています。育児・仕事を両立できるよう頑張っていきますので、どうか温かい目で見守って頂けると幸いです。

（構成者：畑中　香那）

うめユニット

宮城様誕生日会

佐伯様高見様誕生日会



クレープ作り

職員紹介

小瀬良　翔太（こせら　しょうた）

昨年末に人生初海外旅行に妻と韓国に行ってきました。食べ物も美味しい物ばかりで朝から晩までビールを飲みながら食べ歩きやショッピングを堪能しました。すっかり韓国にハマってしまい今年の夏にも行ってきてしまいました。次はまた年明け頃に行けたらと計画中です。そして韓国の人たちとも言葉でコミュニケーションを取ってみたいという思いが強くなってきたので、韓国語を勉強しようと思っています。

（構成者　津本優美）