

特定非営利活動法人ほっとあい 通所介護たより

2008年
7月号

大河原町字町279-1
tel 52-8555
fax 52-8557



梅雨のあけるのが待ち遠しい今日この頃ですが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。ほっとあいでは、うっとりとした空気を吹き飛ばし、雨の日を楽しめるように、雨の楽しい歌を唄ったり、てるてる坊主を作ったりして過ごしています。



6月の活動から
笹巻き体験

笹巻きは、昔お殿様の携帯食だったと聞いています。笹の葉でもち米を包みい草で結び、それをゆでます。笹の葉には殺菌作用があるので日持ちが良くなります。利用者みなさんと一緒に作り、ふんわりおいしくできあがりしました。熱々のうちにゴマやきな粉をからめておやつにいただきました。なつかしい味で美味でした。

☆7月の行事予定

七夕茶会・七夕飾りづくり・避難訓練
梅シロップづくり
その他、みなさんのご意見を伺いながら進めてまいります。

スタッフを紹介します

名前：大友 寿子
職種：介助員
趣味：ガーデニング
一言：5月下旬よりほっとあいに仲間入させていただき、早いもので1ヶ月半が過ぎてしまいました。これまで1対1の訪問介護に携わってまいりましたが、通所介護となると1対大勢で毎日が戸惑いの連続です。



皆様には迷惑ばかりで... 一日も早く慣れて一緒に楽しみたいと思っております。気持ちだけが焦っているこんな私ではありますが、今後ともよろしく願い申し上げます。

☆川柳コーナー

利用者の方が詠まれた川柳を紹介いたします。毎日が二十四時間あるのかな
金はなく平和に暮らす我が家なり



七夕祭り

七月七日は七夕祭り。七夕祭は奈良の時代に中国から伝わった節句の行事が起源と言われます。色とりどりの七夕飾りに込められた願い事、その由緒あるいわれを紹介いたします。

短冊―学問と書道上達の願い
紙衣―病気災難の厄除け、裁縫の上達
折鶴―家内安全、健康長寿
屑篋―裁かず、紙くず入れ、整頓の心
吹き流し―織り糸を表す 技芸上達
巾着―商売繁盛、節約、貯蓄
投網―豊漁、豊作への祈り

連載トピックス vol.2

暑い夏はもう目の前に。健康は食から。今月は「夏を乗り切る食生活」のご案内です。

夏を乗りきる食生活

《品数を多く、量は少なめに》

量が食べられない高齢者には、一品ずつの量は少なめに、品数を多くしてみよう。ひと口ずつでもはしが進めば、栄養バランスもとりやすくなります。



《見た目食欲をそそる》

いろいろ盛りつけに工夫して、目でも楽しめる食卓にしましょう。新鮮な赤や緑の食材は、色の効果で食欲を引き出すといわれています。

《手軽につまめる料理で》



ご飯を小さなおにぎりにしたり、調理した肉や野菜をつまようじにさして串焼き風にすると、はしが上手に使えない人も口に運びやすくなります。

《味つけにひと工夫》

酢の物は食欲を高めませんが、酸味が強いとむせやすくなるので、だし汁で薄めて酢の分量を控えます。塩分を控える際も、だし汁や香辛料を上手に利用しましょう。



《食べやすい大きさに》

素材を一口大に切ったり、かくし包丁を入れて食べやすく調理しましょう。衣が固い揚げ物は、だし汁でさっと煮付けると軟らかくなって食べやすくなります。



NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」

特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。

その時々様々ニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。

みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしゃいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555

自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)

- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
- ・外出支援・移動サービス
- ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
- ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)

介護保険事業

- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護

障害者自立支援法

- ・ホームヘルプサービス

行政委託事業

- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
- ・障害者等一時預かり