

# シルバータウン加治木だより

発行日 令和 6 年 1 月 1 日

第 422 号



## 新年のご挨拶



## 一粒万倍日

新年あけましておめでとうございます。  
皆さまにおかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

新型コロナも5類となりましたが、インフルエンザの流行も重なり、以前の状態に戻るにはしばらく時間がかかると思われます。私たちにおきましても引き続き感染予防に努めてまいります。

また、本年は介護・医療改正となっております。職員一同、安心して過ごせられるよう取り組んでまいります。

皆さまにとって幸多き良い年になることを祈念し新年のあいさつとさせていただきます。(事務長)

## 職員日記

82歳の母親の介護申請をしました。  
結果は「非該当」・・・

数年前から日常生活に対する意欲が低下し、鍋を焦がすようになったこともあり料理をする機会も少なくなりました。

そうこうするうちに転んで骨折・・・



それからというもの歩く時もフラツキがみられ、次第に散歩をしなくなり、坂道を転がるかのように老化が進行し服薬管理もできなくなりました。

このようなことから介護サービスを利用したくて申請をしたのですが、「非該当」では利用することができません・・・

母のようにサービスを受けられず在宅生活している方が沢山いると思うと『介護保険サービスを利用すること』の難しさを痛感しました。

財政のひっ迫もあることと思いますが安心して生活できることで健康寿命も延びるのではないかと思う次第です・・・

上手にストレス発散しながら日々を過ごそうと思います。

## 1月のカレンダー

1月	お弁当の日 (おせち弁当)	16火	
2火		17水	誕生会&新年会・おやつレク (通所)
3水		18木	音楽療法・おやつレク (通所)
4木		19金	
5金		20土	
6土		21日	
7日		22月	
8月	書初め (通所)	23火	
9火	移動床屋 (3階)	24水	フラワーアレンジメント教室
10水	歯科指導	25木	消防訓練
11木	書道教室	26金	
12金	移動床屋 (2階)・初詣 (通所)	27土	
13土	初詣 (通所)	28日	
14日		29月	
15月		30火	
※行事や日課は変更になることがあります。		31水	お茶会

新しい物事をスタートするのに良い日とされる「一粒万倍日」。

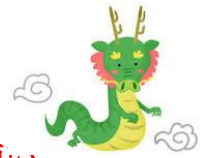
何かを新調・買い替えをするのにも適しているといわれ、金運上昇を願ってお財布をこの日に新しくするという方が増えています。

さらに「天赦日」「寅の日」「巳の日」など、縁起の良い日が重なる日取りを選べば、より一層気分も高まるといわれています。

特に、2024年1月1日は、「一粒万倍日」と「天赦日」が重なるラッキーデーです。

(三越伊勢丹HPより)

さて、皆さまの1月1日は如何だったでしょうか？  
今年一年が金運・仕事・健康・対人関係などに恵まれ、豊かに暮らせますように(祈)。



## マスク着用継続のお願い

当施設への来所(窓口来所、面会来所など)の際は、マスク着用にご協力くださいます様お願いいたします。

## 面会について

お一人の入所者様につき、月1回とさせていただきます。

兄弟姉妹・ご親族様等で良く話し合われたうえでの予約をお願い致します。

予約・お問い合わせはお電話でお願いいたします。

☎ 0995-62-5755

## シルバータウン加治木ホームページ

行事等の報告はホームページの「シルバータウン便り」にも載せています。ぜひ、ホームページもご覧になって下さい。

シルバータウン加治木ホームページ

<http://kajiki-shokikai.jp/silver-t-k/>



# ～栄養士のつぶやき～

## 『コールスローサラダ』について

『コールスローサラダ』は、生のキャベツを細かく刻んで作るサラダです。人参やコーンを入れることも多いです。味付けは一般的にフレンチドレッシングやマヨネーズが使われます。

コールスローは古代ローマの時代から食べられてきたと言われていています。また、冬キャベツは甘味があるのが特徴で、ビタミンUが含まれています。

ビタミンUは、キャベツから発見されたビタミン様物質で「キャベジン」とも言われ、胃潰瘍や十二指腸潰瘍などの胃腸障害を予防・改善する働きがあります。

ビタミンCやカロテンも豊富です。ビタミンCは外葉と芯の周りに、カロテンは外葉に多く含まれるので、煮込みやサラダと余すことなくいただくことができます！



材料 2人分 (参考)					
キャベツ	1/4 個	200 g	にんじん	1/4 本	45 g
コーン	大きじ 2	28 g	マヨネーズ	大きじ 3	
酢	大きじ 1		砂糖	小さじ 2	
塩	少々		こしょう	少々	

## レクリエーションの様子

～おやつレクリエーション～  
ココアと抹茶の蒸しケーキをつくりました



施設や職員に対し、ご利用者様やご家族様からのご意見・ご要望をお待ちしております。  
どんな些細な事でも構いませんのでお聞かせ下さい。