

# 朝光苑デイサービスセンター



た・よ・り  
2019年 5月号



## 目には青葉 山ほととぎす 初鯉

この季節に旬を迎える初ガツオ。旬の食べ物を食べることで季節を感じる習慣は江戸時代から受け継がれています。

初ガツオに含まれるDHAは脳の働きを活性化させるだけでなく気になるコレステロールや中性脂肪の数値改善にも効果が期待できます。また、貧血予防の効果、疲労軽減効果、抗酸化作用の働きもあります。

旬の食品をとり、身も心もフレッシュしましょう!

管理栄養士 山本



## お花見に行きました

今年は初日 4/1 からほぼ満開で迎えられました。月曜日は晴れていましたが、少し凍えてしまいました。火曜日は日なたのみが暖かかったです。水曜日以降は暖かい日が続き、絶好のお花見日和となりました。また、お花見が終わった 4/7 以降、寒の戻りがあり、桜を長い間楽しむ事が出来ました。

栄緑道では、皆さん上を見ながら「綺麗だね」と言い合っていました。テニスコートのそばまで歩いてからベンチに座り、ひと休み。眼前には、しだれ桜が咲き始めており、ソメイヨシノとは違う美しさを味わっています。

帰りのドライブでは和光樹林公園、司法研修所の桜並木を味わい、毎年見ても飽きない程、綺麗でした。

桜を長い間楽しみたいのは、私だけでしょうか?

介護職員 高橋



# 5月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 即位の日 営業日です	2 国民の祝日 営業日です	3 憲法記念日 お休みです	4 みどりの日 お休みです
5 こどもの日 お休みです	6 振替休日 営業日です	7	8	9	10 PT	11 PT
12	13 PT 音楽活動	14 フルーツ	15 PT	16	17	18
19	20	21 PT	22	23 保育園交流	24 音楽活動	25 カレンダー作り
26	27	28	29	30	31	
カレンダー作り						

※PT=理学療法士が運動を中心としたリハビリテーションを行います

### 介護ニュース

今回は通所して利用するサービスの種類をご紹介します。

まず、皆さんが通われている「デイサービス」があります。そこは、日帰りで体操やレク活動、入浴等を行います。利用定員が18名以下の規模は、「地域密着型通所介護」といいます。また、認知症の方を対象とした「認知症対応型通所介護」があります。そして、「デイケア」という施設があります。デイケアとは、介護老人保健施設や病院で理学療法士や作業療法士、言語聴覚士のもとで理学療法や作業療法など必要なリハビリテーションを行うサービスです。

介護職員 高橋

### 5月(暮らし)

潮干狩り 母の日の贈り物選び 鯉のぼり  
夏物衣類の準備 ゴールデンウィーク 柏餅  
五月人形 青梅 新茶 田植え

### 5月(旬の食材)

野菜  
たけのこ キャベツ さやえんどう  
春菊 落(ふき) 蕨(わらび)  
玉ねぎ アスパラ グリーンピース  
きゅうり そらまめ トマト  
茄子(なす) 新じゃが



魚介  
蛤(はまぐり) 鯖(さわら)  
鯰(あじ) いさき 鯉(かつお)  
真鯛(まだい) 鱒(ます)



果物  
いちご すいか

### 求人情報

朝霞地区福祉会 正規職員  
・ 看護師 ・ 介護職員

平成31年度卒業新卒者も募集中!  
・ 介護職員 ・ 保育士

法人内施設におきまして  
パート職員も募集しております。  
各種求人情報の詳細は  
HPをご覧ください。