

朝 光



発行所／特別養護老人ホーム朝光苑

埼玉県朝霞市青葉台 1-10-32

電話：048-465-3255/3252

URL:<http://www.choukouen.com>

『地域に生きる』『安心をつくる』『手をつなげる』

敬老祝会 ～敬老の日に心からの感謝を～



いつまでも明るく楽しい日々を送られますように

食の力で笑顔をつなぐ

施設サービス部 主査 管理栄養士 山本 美江

日中はまだ暑さが残る日もありますが、朝晩はだいぶ過ごしやすくなってきました。気づけば私が朝光苑に入職してから、早いもので十一年目を迎えました。

近年は猛暑が続き、秋の訪れが短く感じられます。本来、秋は実りの季節。おいしい食材が豊富に出回る時期ですが、最近ではその「旬」も少しずつ変化しているように思います。海水温の上昇による魚の水揚げ量や漁場の変化、果物や野菜の収穫時期のずれなど、四季のリズムにも影響が出てきているようで、少し寂しさを覚えます。

私は長年、食に関わる仕事に携わってまいりました。現在も、ご入居者お一人おひとりのご状態に応じた食形態での食事提供を行い、多職種の職員と連携しながら、毎日の献立や内容を検討しています。少しでも長く、お食事を楽しみながら召し上がっていただけるよう努めています。

旬の食材の活用はもちろん、近年は日本各地の郷土料理のご提供にも取り組んでいます。また、見た目でも楽しんでいただけるソフト食を導入してから数年が経ちました。手作りおやつや料理クラブなど、これからも食を通じた楽しみを広げ、ご入居者の笑顔がもっと増えるよう努めてまいります。

給食の運営は委託業者の方々と連携して行っており、安心・安全な食事の提供はもちろん、盛り付けや食べやすさにも配慮しています。生活の基本である「食」に携わる職員の一人として、これからも精進してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

◇特養&ショートステイピックアップ◇

特養では8月にかき氷レク、9月に運動会、敬老祝会を行いました。

かき氷の味は5種類あり、一番人気はイチゴでした。

運動会の玉入れでは皆さんが真剣に戦っていました。勝負事はいつも本気です！



ショートステイでは梅雨や盆踊りなどの夏の風物詩を楽しみ、敬老の日にはささやかなお祝いをしました。



◇デイサービスセンタートピックス◇

季節は少しさかのぼりますが、8月18日(月)から23日(土)の間、外出リハビリを目的に希望制のぶどう狩りへ出掛けてきました。当日は皆さん ウキウキ♪ ソワソワ♪ 緊張気味の方もいらっしゃいましたが、新座市岸ぶどう園へ向けデイサービスの車は出発しました。園到着後はぶどう棚の元、休憩をとり、さあ！ぶどう狩りの始まりです。広い園内～沢山のぶどう～ご自分やご家族のため、真剣に選んでいました。午前中の限られた時間でしたが、皆さんの顔も晴れ晴れ、会話ははずみ気持ちのリフレッシュに繋がったようです。後日「美味しかったよ」「甘かったよ」の嬉しい声も聞かれました。



◇地域包括支援センタートピックス◇

骨・カルシウムセミナー開催！

令和7年9月25日、膝折市民センターにて「骨・カルシウムセミナー」を開催しました。講師に雪印メグミルク食育担当の方をお招きし、カルシウムを摂ることの大切さと、それがなぜ骨に良いのかを話していただきました。

自分が普段どれだけのカルシウムを摂っているのか、足りているのかいないのか、1日にどれだけ摂るのが理想的なのかなど、参加された方は自分の身に置き換えて熱心に耳を傾けておられました。

骨の健康のためには、
食事＋運動＋日光浴 が大切です。

乳製品を足すのに粉チーズを活用する、
かかと落としなど簡単にできる運動で
骨に刺激を与えるなど、
楽しいアイデアをたくさん教えて頂きました！



【職員動向】

- <新規採用>
五十嵐 勤（施設サービス部 パート介護職員補助）
- <退職>
三橋美穂子（施設サービス部 再雇用介護職員）
- <法人内異動者（転入）>
江越 理恵子（施設サービス部 看護職員 ← すずらん看護職員）



【お知らせ】

特別養護老人ホーム 朝光苑

入居者募集中！

朝光市以外な
のよねえ

要介護1・2な
んだよね

入居可能な場合があります！
まずはご相談ください！

お問い合わせ：048-465-3255（川口・柏）

編集後記

今年の夏から秋にかけては、真夏日の記録が更新されたというニュースもあり、厳しい暑さが続きました。十月に入り、秋らしく涼しさを感じられるようになってきたのは嬉しいことです。が、寒暖差で体調を崩さぬよう皆様もお気をつけください。

さて、話は変わりますが、この「朝光」が皆様のお手元に届く頃には、四月から開催されていた大阪・関西万博も終了している頃かと思えます。前回の大阪万博は一九七〇年、私が生まれる前の出来事だったため、映像や写真でしか知らず、あまり実感が持てないものでした。しかし、ご入居者の中には「覚えてるよ」と、当時の様子を話してくださる方もいらつしやり、その言葉に時代の重みを感じました。今回の万博も、たとえ記念としてでも一度足を運べばよかったかなと、しみじみと思う今日この頃です。

特養 山本雄