



# 合縁～あいえん～



発行日 2023年 7月 1日

発行元 敬老園サンテール千葉

TEL 043-226-7500 第16号

合縁とは愛から来る人と人との縁を表す言葉です。私たち介護職員と皆様の縁が恩愛に満ちたものであるように願いをこめて



ご協力お願い  
いたします。

## 健康チェック

「新型コロナウイルス感染症報告会」でお願いいたしました

2階ご利用時の健康チェックを始めております。

15分以上滞在する方には「健康チェックシート」を用いご記入していただいております。サロン入口に記入場所を設けております。お手数ですがチェック項目を記載してからサロンの方へお入りくださるようお願いいたします。3号機エレベーター（給食出入口側）からの出入りはなるべくご遠慮くださるようお願いいたします。



リハビリ室（施術室）



浴室前も明るく!!



一部のみ色を変えておしゃれに!

## 6月の小規模懇談会ご参加ありがとうございました

6月17日に開催いたしました、小規模懇談会にご参加いただきましてありがとうございました。今回は、延命治療及び看取りについて私たちが日ごろ行っていることを中心にお伝えしました。毎年1回の開催になりますが回を重ね、2階の生活についてお伝えできたらと思います。2階にくるタイミングや、利用方法（夜間のみや食事のみなど）、訪問診療への切り替えはいつ?など。細かな疑問にも対応していけるよう内容を考えてまいりますのでよろしくお願い申し上げます。介護職員は、毎月のミーティングの中で議題を決め勉強会を行っております。外国人も多く常識も違いますので接遇に関してや、人とのコミュニケーションの大切さなど今までいろいろな議題を取り上げてまいりました。もちろん看取りの勉強会も行っておりますし振り返りも行っております。外国人も、外部研修には積極的に参加を促しております。また来年度もたくさんの皆様のご参加お待ちしております。

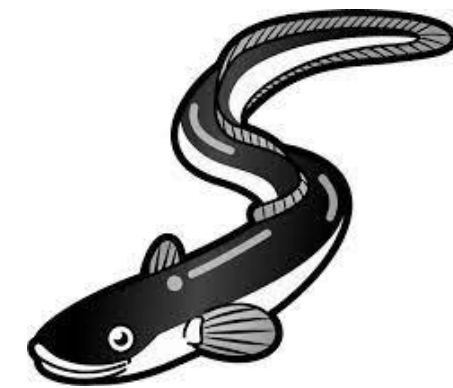


中庭廊下前もおしゃれに変身



# 千二百年前から夏バテにはウナギ!!

石麻呂に我物申す夏痩せに  
良しというものぞ鰻とりめせ



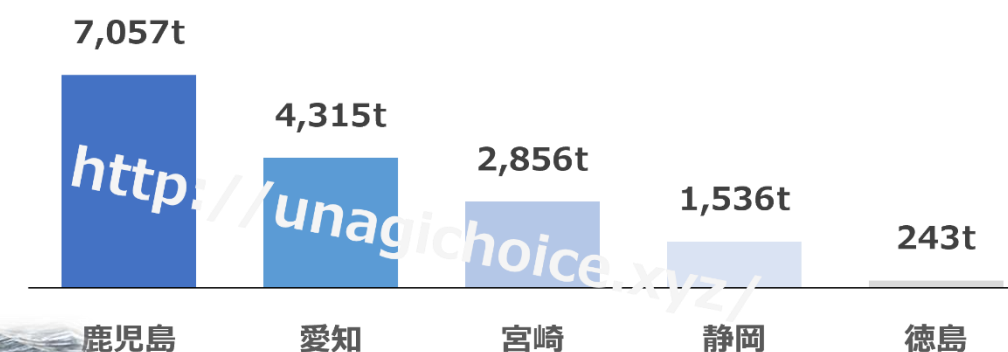
万葉の歌人大判家持が詠んだこの歌。「夏痩せには、よく効くウナギを召し上がれ」という友人へのアドバイスです。千二百年も前から夏バテにはウナギが言いとされていたことがよくわかります。日本の夏は高温多湿。汗をかきやすく水分を取りすぎるため、消化機能が低下し、栄養不足や抵抗力の減退を招いてしまうのです。そこでウナギの出番。ウナギには消化を助け、抵抗力を高めるビタミンAが牛肉の約150倍も含まれています。科学的にみても、夏バテ対策に適しているというわけです。ビタミンの他にも、汗で失われるミネラルの補給も忘れずに。これを怠ると胃腸の働きが鈍りただでさえ優れない食欲をさらに低下させることとなります。トマトならミネラル水分を自然に補えますし、クエン酸が胃を適度に刺激し、胃液の分泌を高めてくれます。カロチンが多いピーマンやかぼちゃなどは野菜炒めで。カロチンは油に溶けて吸収され体内でビタミンAに

変わるからです。旬のものを食べておいしく栄養補給しましょう！

日本のウナギの生産量が最も多いのは「鹿児島県」さらに「愛知県」「宮崎県」が続きます。この3件だけで全国のうなぎ生産量のなんと85%を占めています。浜名湖・浜松のイメージが

強いので意外でしたね。浜松といえば「共水ウナギ」全国で30店舗ほどしか扱ってなく「幻」と言われていますね。南アルプスの環境下で2年

かけて大事に育てられるウナギです。通販で購入もできるようです。ぜひご賞味ください！



7月30日(日)

