

# 松元デイだより

令和元年7月30日発行  
 社会福祉法人聖寿会  
 松元デイサービスセンター  
 TEL 278-4358  
 令和元年度 夏号

## 誕生会

6月10日(月)~6月14日(金)

4月・5月・6月生まれのご利用者様、おめでとうございます。  
 お祝いにご来所して下さいました、ボランティアの皆様、ありがとうございました。

「暑中お見舞い申し上げます」

梅雨も明け、猛暑が続いております。皆様いかがお過ごしでしょうか。今年の暑さも特別です。熱中症・脱水症に気を付け、無理をせず、室内では適切にエアコンを使用し、水分補給を十分に行い、バランスのとれた食事、この暑い夏も乗りきりましょう!! 「松元デイだより 夏号」をお届け致しますので、どうぞご覧下さい。



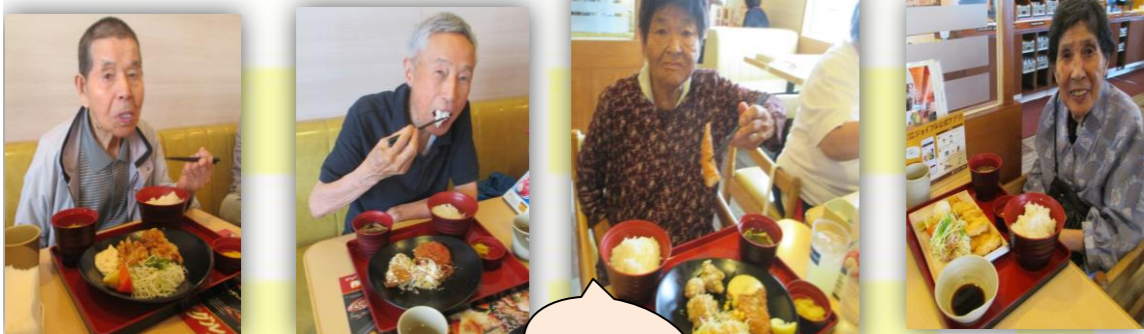
## 外食行事

令和元年7月8日(月)~7月20日(土)

「ジョイフル 伊集院下谷口店」にて



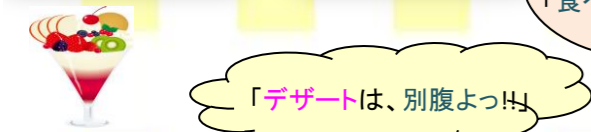
「美味しい〜  
大満足!!」



「食べんね!!」



「フォークとナイフで、たもって  
みるかい・・・」



「デザートは、別腹よ!!」



松元商工会女性部 様



ハーモニカ伊集院 様



サエコ & マユミ 様



余興を楽しむ、ご利用者様!!



民生委員バンド「ザ・ハ長調」 様



お祝い膳

## 松元幼稚園とのふれあい交流会 5月24日(金)

松元幼稚園とのふれあい交流で、ご利用者の皆様の表情も生き活きとなり、子どもたちから元気ももらっていることがわかります。今後もお隣の幼稚園に出掛けたり、来所していただくと素敵な交流を続けていきます。



毎年、「大好評」の外食行事!! みなさん好きなメニューを選び、「大喜び」でした。「お腹いっぱい〜」と言いながらも、デザートも召し上がり、今回も「大満足」でした。



# ドライブ & ショッピング

東市来町「江口浜蓬莱館」にて 5月13日(月)~5月17日(金)



海辺の物産館にて、みなさん買い物を楽しまれ、景色をながめながらお茶を飲み、話もはずみました!!



## 火災避難訓練

5月24日(金)



火災発生! 通報!!



消防車到着!!

「厨房から出火」という想定で、職員の誘導にて避難しました。鎮火後消防の方より講話がありました。いざという時に、訓練を活かし、ご利用者様をより安全に落ち着いて避難できる様、これからも安心してご利用いただける様に取り組んでいきます。



安全な場所へ避難!!

## 行事食メニュー

デイサービスでは、さまざまな行事にあわせ、食事を提供しています。5月の祝い膳の紹介です。



[ 平和の膳 ]

平成30年4月30日(火)・令和元年5月1日(水)



[ 端午の節句 ]

5月6日(月)



[ 母の日 ]

5月11日(土)

## 鹿児島西警察署 地域生活課 様

「生活の安心・安全について」 7月23日(火)

高齢者を狙った事件のビデオを真剣に鑑賞され、ご利用者の皆様も、「おそろしかなあ...」「気をつけんなら...」など...声が聞こえ、大切な時間を過ごす事が出来ました。高齢者を狙う事件を防ぐ為に、デイサービスとして出来る支援に取り組んでいきます。西警察署のみなさま、ご講話、どうもありがとうございました。



## 田上小学校 金管バンドミニ演奏会 7月25日(木) 於:松元公民館

「田上小学校金管バンド」の演奏鑑賞に出掛けました。「武中学校吹奏楽部」との合同演奏もあり、ご利用者の皆様も口ずさんだりしながら、楽しんで聞いておられました。



## フリードリンク

毎月、【季節のデトックスウォーター】と称し、『ドリンク』を提供しています。室内にいても、熱中症・脱水症を引き起こします。ご利用者の皆様も楽しんで、水分摂取をされていました。

<p>●レキモウイ</p> <p>●●●ミバ甘 ●●●ニナ夏 ●●●トナ</p> <p>5月6日(月)~11日(土) 「2種類のフルーツ水」</p>	<p>●どくだみ茶</p> <p>●ブルベリー水</p> <p>●りんご</p> <p>6月17日(月)~22日(土) 「2種類のドリンク」</p>	<p>7月22日(月)~27日(土) 「しそジュース」</p>
--	--	-------------------------------------

## 夏の食中毒にご用心!!

### 梅雨から夏に増える食中毒

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。細菌による食中毒の代表格は、近年、発生件数や重症例が多いことで知られる「カンピロバクター」や「腸管出血性大腸菌(O157など)」によるものです。食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず、匂いもしません。そのため、食事の準備をするときには、細菌を「つけない」「増やさない」、加熱等で「やっつける」を心がけ、食中毒を防ぎましょう。

### 賢く、おいしく予防するコツ

食中毒を防ぐには、抗菌、防腐作用に優れた梅干や薬味野菜のシソ、ニンニク、ネギ、香菜、ショウガ、ワサビなどの食品が効果的です。料理にたっぷり添えましょう。また、免疫力を高めるビタミンB1が含まれる豚肉も、食中毒予防におすすめの食品です。



松元デイサービスセンターでは、いつでも、施設見学・体験利用ができます。

お気軽にご相談・お問合せ下さいませ。

TEL 099-278-4358 受付時間 8:30~17:30

お待ちしております!!