

まつら荘

だより



発行・・・広報委員会
SAISEIKAI MATURASOU
2013・7

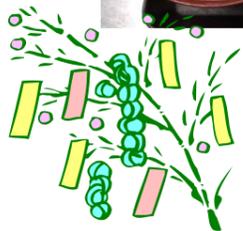


● 行事食

まつら荘では、毎月、季節に応じて様々な行事食の提供を行っています。
6月は、紫陽花御膳の提供を行いました。皆様、きれいな紫陽花の生菓子を大変喜ばれていました。

- ・枝豆ごはん
- ・魚の梅じそ焼き 夏野菜の味噌かけ添え
- ・土佐酢かけ
- ・吸物
- ・紫陽花の生菓子

これからも、暑さに負けずにしっかりとお食事を食べていただけるよう、
様々な工夫を凝らした献立を提供していきたいと思っております。



紫陽花御膳
・枝豆ごはん
・魚の梅じそ焼き
夏野菜の味噌
かけ添え
・土佐酢かけ
・吸物
紫陽花の生菓子

平成二十五年
六月二十日

● 脱水症状について



脱水症状に注意しましょう！

高齢者は、のどの渇きを感じにくくなる・トイレが近くなる・飲み込みの能力が低下してむせるなどといった理由から、水分の摂取を控えがちです。さらに、気温が上昇する夏場や、風邪などで発熱した時、嘔吐や下痢をした時などは、脱水症を起こしやすくなるため、十分な水分補給が必要です。

日常生活の中で、しっかりと水分補給が出来るように工夫しましょう。
(※心臓や腎臓の疾患で、医師からの水分制限の指示がある場合は除きます)

- ① いつでも飲めるように、好まれる飲み物を常備しましょう。
- ② 毎食食事の時に、お茶や汁物をつけて提供しましょう。
- ③ 液体の飲み物にこだわらず、ゼリーや寒天、アイスクリームなどを活用しましょう。
- ④ こまめに声かけを行い、水分の補給を促しましょう。
- ⑤ 液体におせが見られる場合は無理に勧めず、増粘剤(とろみ剤)などを使用してとろみをつけて提供しましょう。

元気がない、食欲の低下、微熱や頭痛など、普段と様子が異なる時は、

● お知らせ

7月14日(日)の20時より本館食堂にて九州花火大会鑑賞を行います!!。
ご家族様の参加も、是非お待ちしております。



夏の夜空を彩る花火を見ながら、
みなさんと一緒に涼みましょう♪

