



フォーライフ桃郷便り

発行所
毎日寿心社
世田谷区北烏山7-8-11
TEL03-3300-1600

7月号

6/14 保育園交流会

小鳥の森保育園の4歳児・5歳児と共に「ちかぱん」のパントマイムショーを鑑賞しました！20分と時間は短かったですが、笑いあり、驚きありと充実した会でした！

6/17 西2条誕生日会

朝倉職員の趣味は料理やお菓子作り！今回は84歳のご利用者の為に、腕によりをかけてクレープを作り、ユニット全員で食べました！

6/30 ワンコインランチ開

調理場を自営化して、初のランチ会！定員10名のところ14名の申し込みがありましたアットホームで楽しいひと時を過ごすことができました♪

職員紹介 Vol. 39

土門 千裕（どもん ちひろ）栄養士・厨房職員

☆生年月日と出身地

1996年6月11日 東京生まれ

☆ 栄養士という職業を選んだきっかけは何ですか？

私自身好き嫌いが多く、嫌いなものを食べずに栄養バランスをよく摂るには、どうすればいいのか学びたいと思ったからです。

☆学生時代と今と何が一番変わりましたか？

大学時代は友人とほぼ毎日会っていましたが、社会人になると会う回数が減ったことです。

☆得意なお料理はありますか？

まだ、ありません。

☆これだけは食べられない！ってものありますか？

たくさんありますが、ツナなどの魚の加工品が食べられません。

☆おススメの美味しいお店を教えてください。

「ウッドベリーズ」という、生フローズンヨーグルト専門店です。

☆フォーライフ桃郷でのお仕事はどうですか？

力仕事が多いなと感じました。

最初は重くて持てなかったお鍋も持てるようになり、徐々に筋肉が付いてきていることを実感しています。

☆最後に…これからの抱負を教えてください。

まだまだ未熟ではありますが、先輩方を見習って日々学んでいきたいと思ひます。また、利用者の方々に、より食事を楽しんでいただけるように頑張ります。



大学の卒業式！



栄養課だより



厨房の中にも聞こえてくるご利用者の方々の明るい話し声や歌声、明るくご利用者の方々に接するスタッフの姿を目にすると、私たち栄養調理課、総勢16名もより美味しい食事を出すために気持ちも新たになります。

利用者の方々は噛む力や飲み込む力の低下、歯の欠損、味覚や嗅覚の低下、食欲減退などがみられることも多く、一人一人の身体状況に合わせた食事の提供が重要であると考えています。また、最近では噛む力、飲み込む力の維持・回復が健康の維持や老化の進行緩和に役立つことが認められています。

栄養課では咀嚼して食べる楽しみを残していくために低温調理法などを取り入れて軟らかい食事作りに努めています。さらに行事食などを取り入れて楽しく食べる工夫をしています。

今後も積極的にご利用者やスタッフとのコミュニケーションを密に図り、より良い食事提供に努めて参ります。

栄養調理課リーダー 磯貝

デイサービス&ショートステイの

おもしろエピソード！！

デイサービスでのお話。いつも元気なデイサービス職員!! 今日張り切って利用者さんをもてなすぞ! 羽柴秀吉をマネて利用者さんの靴をお腹で温めるぞ! しかし、張り切ってお腹に入れたのは利用者さんのパンツでした。めでたしめでたし。
(実話) あの時はいし訳ありませんでした!

ショートステイでのお話。

いつも義歯を外してポケットに入れてしまうAさん。またまた義歯がなくなり、ポケットから布団の間、探しましたが見つからず・・・
なんと! 靴の中から見つかりました。めでたしめでたし。



職員によるオリジナル小説

桃郷物語 vol.1

作者・田内夏枝(ショートステイ)

世田谷区のとある所に、おじいさんとおばあさんが暮らしていました。しかし甘やかすすぎたせいで、二人は、溺愛が行き過ぎて悪くなり「積み木くずし」のような不良になってしまいました。やがて家をだまし、どまらな方知れずと取り上げてしまひました。おばあさんのことも愛する「コマチ」のことも時々忘れたおじいさんは、最近物忘れがひどくなり、おばあさんの老体にムチ打ちながら、ひとりおじいさんのお話を聞いています。近所のデイサービスに通い出し、とても楽しい日々を送っています。その間は、おばあさんも身体を休めることができ、助かっていました。ある日の日曜日、デイサービスのお休みの日に二人で近所の公園に出掛けました。公園の池のほとりまで来ると、1羽の鶴が子供たちにいじめられています。これは可哀そうにと、おばあさんが鶴を助けると、鶴は喜んで飛び立って行きました。若い女性が立っています。女性は「今朝、その公園で助けていた。だいたいは、お礼に伺いました。ここを開けて下さいますか。あれから何十年も経って、怖い」とドアを開けず、おばあさんの「コマチ」のわけがわからないまま、次は流行りのオレオレ詐欺、今日はおじいさんのデイサービスの日です。玄関を出ると、そこにはとても美しい羽根が置いてありました。

施設での行事およびイベント紹介

【7月イベント予定】

27日(土) 納涼祭

※理美容: 17日(水)、25日(木)

※フラワーアレンジメント倶楽部: 16日(火)

※売店: 20日(土)

【8月イベント予定】

25日(日) BBQ (SS)

下旬 すいか割り(2条)

下旬 すいか割り(3条)

※理美容: 6日(火)、21日(水)、29日(木)

※フラワーアレンジメント倶楽部: 20日(火)

編集長

水上 健

編集後記

メジャーリーグの大谷選手の活躍、NBAで八村塁選手がドラフト指名、サッカー久保選手のレアムドリッド入団と日本人選手が海外で活躍するにユースが多くなってきた。同じ日本人として誇らしく思います。
そもそも日本人は体格的に世界で戦うには不利であると言われていました。テニスの錦織圭選手は190センチを超える選手が多くを占める中で、178センチと小柄です。もう10センチ身長があればとつくにグラブドスラムを取れているとも言われています。
日本人が世界と対等に戦うためにはどうすれば良いのでしょうか? 先日引退したメジャーリーグのイチロー選手はアメリカに渡った当初、身体は大きな選手と対等に戦うために、自身も3キロくらい身体を大きくしたそうですが、結果として身体への反応が鈍くなり、身体が自由が全く効かなくなりました。そして語っています。
では錦織選手やイチロー選手が世界で戦うためにどうしたのか。体格的なハンデはどうすることもできない、ならば他の選手より優れている部分を更に伸ばしていくことに取り組んだそうです。
人間には長所と短所が必ず存在します。短所を補う取り組みをすることはもちろん必要なことですが、それよりも長所をさらに伸ばしていくことの方がより重要なことなのかもしれません。