

# こえばる

平成26年10月

第18号



社会福祉法人 秀峯会  
総合ケアセンター こえばる

〒851-1132 長崎市小江原4丁目1番30号

TEL.(095)-814-8225 FAX.(095)-814-8227

ホームページアドレス <http://syuhoukai.jp/>

# 寿 敬老祝賀会 寿

## 敬老会式典

ご利用者皆様のご長寿を  
心からお慶び申し上げます。



今年は7名の方が  
米寿を迎えられました。  
(表紙掲載)

おめでとうございます  
ございます



## 会食

多数のご家族様においでいただき、大変賑やかな会食となりました。  
ありがとうございました。



舟盛り



デザート



## ボランティア

上手かねえ



学生グループ【結流】さんによる  
三味線演奏♪



## 職員出し物



有志による花笠音頭♪

# こえばる納涼祭

食事会



乾杯〜



美味しく頂いてます

新入職員の出し物〜ソーラン節〜



どどいしよ〜どどいしよ〜

ソーラン ソーラン

じゃんけん大会

抽選会



じゃんけん、ぽん!

景品  
当たりました!!



# 2階ユニット

あぐいの丘に行って来ました！！

ハイチースト



母の日

いつもありがとう！



花見外出★



桜のきれいかね



花火楽しかほい！

誕生日会



お誕生日

おめでとうございます



花火 & おいしいよ〜！  
スイカ割り！！



# 3階ユニット

## 4月

### 花見外出



### 回転寿司



## 6月

### 伊王島外出



## 5月

### 端午の節句



### ハイチース月

### 大漁大漁



### ソーメン流し

## 7月



## 七夕



### 氷 納涼祭



### ビアガーデン

## 8月



### キレイだね☆



# 4階ユニット



## ソーメン流し



はよ、流れてこ〜い!



## ハイチーズ



ソーメン流しにビアガーデン!夏満喫しました!



花火ぼするよ〜!

野球観戦  
してきま〜した!



☆ビアガーデン

足湯&ちゃんぽん食べに



アイスおもしろかよ!



行ってきました!!



# デイサービスセンター こえばる

H26年度がスタートし、ご利用者様も元気に『こえばる』へ通われています。リハビリ・入浴・食事と1日過ごされる中で一番の楽しみはお出かけ…。上半期も気分転換・歩行訓練を兼ね、あちこちと出掛けて来ました！



さくらの里にて

金曜日の妻たち♪



シーボルトに会ってきました！

シーボルト記念館



ドライブではツツジ、あじさい等の見頃の花が綺麗に咲いてました！また、来年も見に行きたいですね！



はい、ポーズ！！

松山公園にて



めざせ世界遺産！

出津・黒崎教会群散策

## 祝敬老

### 祝 米寿

おめでとう



高尾登代子様



尾崎イサ子様



猪俣国男様

### 祝 喜寿

おめでとう



青田セイ子様



下村繁様



浅山光義様



ヨ一ヨ一釣り・金魚すくし  
お菓子釣り・わたがし  
かき氷・大抽選会など  
楽しかったね！

## 2014夏祭り

はいポーズ！

おいしかった



# 医務だより



例年、冬にはインフルエンザやノロウイルスを中心とした食中毒、感染性胃腸炎が流行しております。

## 『感染症とは？』

ウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入して増殖し発熱や下痢、咳等の症状が出る事を言います。

感染症は、原因となる病原体や感染経路が異なるため予防法はそれぞれ異なりますが基本的な予防法は同じです。

## 【インフルエンザの予防法】

- ① 感染経路を断つこと
  - ② 予防接種を受けること
  - ③ 免疫力を高めること
  - ④ 適度な湿度を保つこと
  - ⑤ 人混みや繁華街への外出を控える
- ・こまめな手洗い(手を顔に持って行かない)
  - ・感染した場合の重度化を防げます
  - ・普段から十分な睡眠とバランスの良い食事を心掛ける
  - ・加湿器などで適切な湿度(50%~60%)を保つ



## みんなで予防 インフルエンザ!



## 機能訓練指導員挨拶



機能訓練指導員: 植村 明人

9月1日から機能訓練指導員として働くことになりました、植村明人です。今年50歳になりました。自分では明るく何事も前向きに考える方だと思っています。

入所者の皆様が出来るだけ心安らかに楽しく、そして、活動的に過ごせるよう精一杯努力したいと思っています。職員の方にも引き続き協力お願いします。

今から季節が変わり寒くなってまいります。入所者様は体調に注意し、無理がないようにリハビリを行ってまいります。御家族様も何かリハビリなどご相談がありましたらお気軽にお声掛け下さい。







# 厨房だより



## 旬の食材

昔から「食欲の秋」と言われていますが、なぜ「秋」になると食欲が増すのでしょうか？

よく言われるのが・・・

- ① 秋になると様々な食べ物が実りを迎えるため
- ② 動物は本能的に冬を超えるための準備として、体に多くの栄養分を取り込もうとする性質があるため

など諸説があります。こうした様々な要因が影響しあって「食欲の秋」に繋がっているのだと言われています。

秋には、おいしい食材が沢山出まわります。新鮮なものを見分けるポイントをいくつか紹介致しますので、ぜひ旬のおいしい時期に召し上がってみてください。

### 【サンマ】



- ・頭から背中にかけて盛り上がり、厚みがあるもの。
- ・魚は内臓から悪くなるので、お腹が硬い方が新鮮。
- ・黒目の周りが濁ってなく、透明で澄んでいるもの。

### 【ナス】



- ・実がふっくらとしており、首までしっかりと太っているもの。
- ・ヘタの色は黒く、筋が見え、トゲが痛いぐらいのものが新鮮。
- ・皮の色は濃く、ツヤがあって光っているもの。

### 【里芋】



- ・シマ模様がくっきりと出ているもの。
- ・泥付で表面が湿っているもの。

### 【カボチャ】



- ・見た目以上にずっしりと重みがあり、表面にツヤがあるもの。
- ・カット売りの場合は、果肉の色が濃く、種がしっかり詰まっ
- ・ていて、ワタが乾燥していないもの。



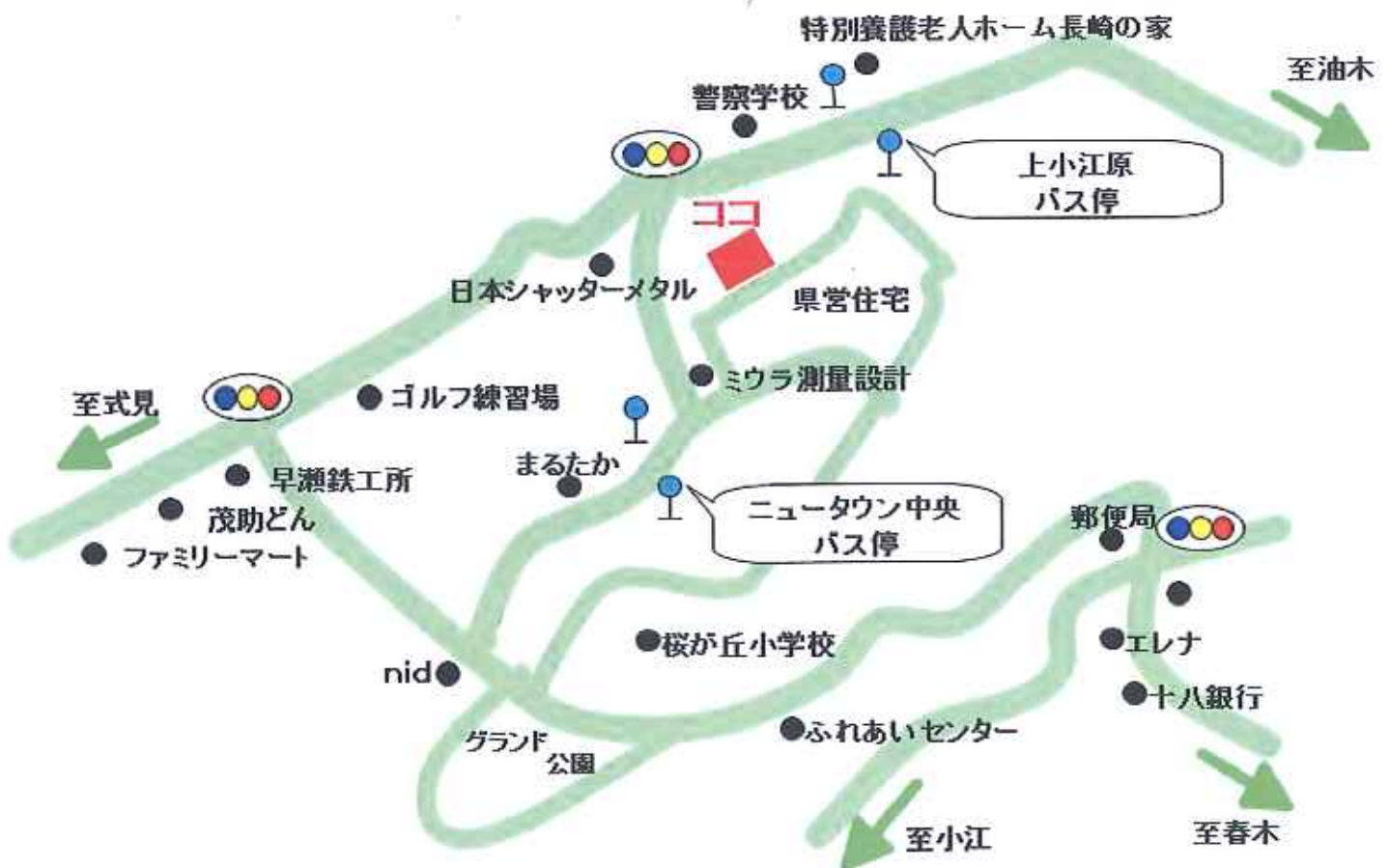


KOEBARU

交通アクセス

○長崎バス「相川」行き→上小江原下車、徒歩6分

○長崎バス「小江原ニュータウン」行き→小江原ニュータウン中央バス停下車、徒歩3分



ホームページブログ更新中!!!

ただいま、こえばる広報委員において毎月積極的にブログ更新中です。ぜひ！ご覧下さいませ。

特養こえばる

検索

クリック

ホームページアドレス <http://syuhoukai.jp/>

進物お断り致します  
職員に対する謝礼  
又は、ご贈答品は  
ご遠慮願いますよ  
うお願い申し上げます