

# こえばる

平成25年10月

第16号



社会福祉法人  
総合ケアセンター

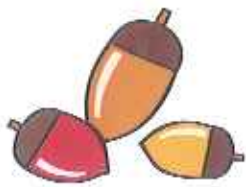
秀峯会  
こえばる

〒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/>



# 施設長挨拶



朝晩の暑さもだいぶ和らいでまいりました。皆様におかれましては、お健やかに  
お過ごしのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より当施設の運営等に関しましては多大なるご支援、ご協力を賜  
り感謝申し上げます。

さて、10月と言えば長崎ではおくんちが始まります。しゃぎりの音や「もって  
こい」のかけ声に大人も子供も心躍る時期となりました。

当施設もこの10月で開所丸8年を迎えることができました。ささやかですが、  
ご利用者様と職員で開所記念のお祝いしたいと思っております。

振り返れば時の過ぎ行くのは早く、あっという間の8年でした。行事のひとつ  
一つを思い出すたびに、ご家族様と過ごされている利用者様の笑顔が目に  
浮かびます。「こえぼる」が安心して過ごせる場所であり、愛される施設であり  
続けられるよう職員一同力をあわせて参りたいと思えます。

これからの季節寒さにむかいます。皆様どうぞお風邪などひきませんようご  
自愛くださいませ。

施設長 神之浦 真理



## 五島新人研修



法人本部(五島市)において新人研修が行われました。



理事長と今年の新人です♪

一生懸命頑張ります。  
よろしくお願ひ致します。



稲佐山で車椅子を使用した  
実技研修も行いました。



# 敬老祝賀会

ご長寿  
心よりお慶び申し上げます



職員による祝宴



## お食事会

祝宴の後は、お食事会を開きました。  
盛りだくさんのメニューにたくさんの  
笑顔をいただきました。



みんなで食すと  
美味しい!



にぎり寿司



## ～ お品書き ～

- ・食前酒(ノンアルコール梅酒)・ピタサンド
- ・前菜(さざえ・うなぎ・きんかん)・茶そば
- ・茶碗蒸し
- ・清まし汁
- ・煮物
- ・刺身舟盛り
- ・五島牛のステーキ
- ・天ぷら
- ・パティ
- ・フライ盛り合わせ
- ・唐揚げ
- ・スパゲティーナボリタン
- ・おば鯨の酢味噌和え
- ・ミモザサラダ
- ・にぎり寿司
- ・巻き寿司
- ・栗赤飯の笹巻き
- ・スイーツ各種
- ・フルーツ盛り合わせ

祝

これからもお健やかに...



# こえばる納涼祭



輪投げに挑戦!!



景品獲得



新人出し物



ずんどう節



## お食事タイム



納涼祭最高♪



おいしいばい!



1等、当たらんかなあ〜



抽選会

# ホスピタル ライブ

7月18日に松尾貴臣さんをお招きし、  
素敵な歌を披露していただきました。



最高



HAPPY



オリジナル曲やおなじみの曲は  
入所者のみなさんの心をつかみました。



## 厨房だより



### 【食欲の秋について】

昔から「食欲の秋」と言われますが、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. 夏バテした体の調子を取り戻すために、涼しくなった秋には自然と食欲が増すと考えられるため
  3. 動物は本能的に冬を越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「食欲の秋」についてはこの他にも様々な説があり、こうした様々な要因が影響しあい、相互作用しあって「食欲の秋」につながっているのだと思われます。

しかし、「食欲の秋」だからと言って、秋から冬にかけて太ってしまうのは避けたいところ！

食べ過ぎを防ぐために心がけておくことをいくつか挙げておきます。

1. 野菜や海草を最初に食べるようにする
2. よく噛んでゆっくり食べる。
3. 会話を楽しみながら食事をする
4. きれいな姿勢を意識して食べる。
5. ちょっとしたおやつを食べるときには水分を多めに摂る。  
(できればお茶やお水などのノンカロリーの飲み物)

これらは生活習慣病の予防にも効果的！そんな難しいことではないため、日頃から意識して食事をするようにしませんか？



# 2階ユニット



## 帆船祭り



4月29日、帆船祭りに行ってきました。  
大きな船があってびっくりしました!!

## 誕生日会



誕生日おめでとうございます。  
みんなでお祝いしてもらいました!!



## 菖蒲外出



大村公園まで行ってきました。  
菖蒲の花が満開で、綺麗でした。  
お昼ご飯のお弁当も美味しかったけど、  
アイスも美味しかった!!

## 買い物ドライブ



福田までお買い物に行きました。  
欲しい物が買えて良かったよ~!!



## そーめん流し



夏と言えばそーめん流し☆  
家族様と一緒にそーめん流しをしました。  
みんな楽しく、そーめんをすくったよ!!

## 風船バレー



リハビリも兼  
ねて楽しんで  
ますよ☆



# 3階ユニット



お花見  
4月

帆船祭り



桜がキレイだね



船が大きいね～



5月

ペンギン水族館

ペンギン水族館



6月回転寿司

7月



ソーメン流し



やりほりお寿司



やる気マンマン

七夕

8月ビアガーデン



おいしかばい



バーベキュー

願い事が叶いますように。

納涼祭

花火



祭りは楽しかね～



# 4階ユニット

## 帆船祭り

4月26日  
帆船祭りに出掛けました。



帆船も近くで  
見れて  
潮風がとても  
気持ち良かつ  
たです。



## ちゃんぽん外出



食べきれん  
だろうか？



アイス  
甘いね〜♪

5月、リンカーハット  
にちゃんぽんを食べ  
に行きました。

## そうめん流し



7月14日  
そうめん流しを  
しました。  
上から流れてくる  
そうめん  
みなさん  
四苦八苦でした。



薬味も美味しい



## ビアガーデン



8月21日  
1階の駐車場で  
ビアガーデンを  
開催しました。



食事の後に  
花火を楽しみました。



おいしかったよ



# デイサービスセンターこえばる

## 花見・菖蒲ドライブ

今年は早く梅雨明けし、例年以上の暑い夏となりました。『デイこえばる』ではそれ以上の熱気に大盛り上がり！！これまでの楽しい行事の数々を、ご紹介したいと思います。



大村も鳥けとらん！

## 室内イベント

### ～七夕飾り～



### ～あじさい作り～



### ～こえばる菜園～



採れたぞ～

こえばる菜園では男性ご利用者による野菜作りを行いました。きゅうり、トマト、ピーマンなどたくさん新鮮野菜が出来ましたよ！

## 祝敬者

～今年は4名の皆様が該当されました！～

喜寿(77歳)

祝



原利男様



今年は豪華メニュー続出…。お寿司・天ぷら・お刺身盛り、ローストビーフなど。



水下秀市様



緒統マツ子様

山崎千代子様



美味しそうね♪



梅酒で乾杯…

米寿(88歳)



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

