



# さわがに

あさみぞデイケアセンター便り



第47号

夏の甲子園が今年で100周年を迎えます。甲子園で行われる高校野球大会は、春の選抜（選抜高等学校野球大会）と夏の甲子園（全国高校野球選手権大会）があり、夏の甲子園は1915年に始まった「全国中等学校優勝野球大会」から数えて今年で100年目となります。今年の夏の甲子園はより注目度が増しそうです！！

2015年（平成27年）8月1日

発行：社会福祉法人 喜楽会  
あさみぞデイケアセンター

住所：〒252-0335  
相模原市南区下溝2305番地

電話：042-778-1811



お陰様で当センターは開設  
**15周年**を迎えました!!



所長  
中島 義博

お陰様をもちまして、当センターは開設15周年を迎えることが出来ました。これもひとえに皆様方のご愛顧とご支援によるものと深く感謝しております。法人理念である、「誠実・誠心・誠意」の下、今後もより良いサービスの提供に努めていきます。



デイサービス生活相談員兼介護主任  
矢島 睦巳

デイサービスでは「生きがいデイサービス」の方から、要介護5の方までご利用いただいています。特色は時間延長サービスで、18時まで自己負担なしでご利用いただけます。今後も皆様に喜ばれるサービスを目指して、職員一同精進してまいります。



ショートステイ生活相談員  
市川 浩正

ショートステイの生活相談員としてはまだ日が浅く、勉強の毎日ですが、ご利用の皆様「また泊まりに行きたい」と思っただけのように努力していきます。当センターのショートステイは土日や祝日の送迎も行っていますので、是非ご相談下さい。



ショートステイ介護主任  
小嶋 茂樹

ショートステイでは、経験豊富な職員が、それぞれのご利用者にあったサービスを提供させていただいています。毎日レクリエーションを行っており、皆様に楽しんでいただいています。今後もサービス向上の為に、新しいことへ挑戦していきたいです。



## お知らせ

介護保険制度改定やサービスの見直しにより、利用料が変更になります。既にご利用いただいている方には、変更のお知らせをお送りしていますが、今後利用を希望される場合やご不明な点がある方は、担当のケアマネジャーさんか、当方にお問い合わせ下さい。



居宅ケアマネジャー  
阿部千香子

あさみぞ居宅介護支援事業所が開設して2年が経過しました。今後もより良い支援が出来るように努力していきたいと考えています。センター内に事業所がありますので、デイサービスやショートステイと上手に連携しながら、業務を進めていきたいです。

# 「夏バテを起こさない生活習慣」

夏は疲れが溜まりやすい季節。暑いからとついつい麺類等の簡単な食事で済ませてしまったり、冷たい飲み物を沢山摂ってしまいがちです。更には、暑くてぐっすり眠れないなんてことも…。次のポイントを守って、暑い夏を元気に乗り切りましょう！！

- 1 栄養バランスを考えた食事を摂りましょう。
- 2 なるべく温かい飲み物で、しっかり水分補給をしましょう。
- 3 冷房の温度は高めに設定し、身体を冷やさないようにしましょう。
- 4 軽い運動やお風呂で汗をかくようにしましょう。
- 5 シャワーだけでなく、ぬるめのお風呂にしっかり入りましょう。



## 教えて!!Q&A あさみぞ居宅介護支援事業所

Q. 高額医療・高額介護合算制度って何ですか…？

A. 1年間（毎年8月から翌年7月）で、医療保険の負担額と介護保険の負担額を合算して一定の限度額を超えた場合に、その分が支給される制度です。今年の8月より、限度額が変更となりますのでご注意ください。詳しくは、市役所の担当課へお問い合わせください。

※ 介護に関することでしたら、お気軽にご相談ください。

電話：042-778-1777  
担当：阿部



### 【デイサービス 8・9月行事予定】

手作り喫茶……………8/ 4(火)・9/ 9(水)  
 手作り工房……………8/12(水)・9/29(火)  
 書道教室……………8/14(金)・9/ 8(火)  
   8/22(土)・9/26(土)  
 誕生会……………8/24(月)・9/19(土)  
 敬老祝賀会……………9/19(土)

※ 浴槽入替の為、9/26(土)の入浴は行いませんのでご了承ください。

### 【ショートステイ 8・9月行事予定】

喫茶……………8/ 1(土)・9/ 5(土)  
 理美容……………8/ 3(月)・9/ 7(月)  
 誕生会……………8/24(月)・9/19(土)  
 敬老祝賀会……………9/19(土)



## そば打ち

7月15日(水)に恒例行事の「そば打ち」を行いました。厨房業者の日清医療食品から職人さんにお越しいただき、そば打ちの実演をしてもらいました。ご利用の皆さんにも、実際に麺を切ってもらうなどして、楽しい時間を過ごしていただきました。昼食時、皆さんに打ち立てのそばを召し上がっていただきましたが、「香りが良くてとても美味しい」という声上がるなど、大変好評でした。



▲職員もそば打ちに初挑戦

## 今日のメニュー ～手打ちそば～



そば打ち当日の昼食です。メニューは、手打ちそば、天ぷら（海老、キヌ、なす、舞茸、インゲン）、胡瓜とトマトの甘酢ジュレ、オレンジでした。打ち立てのそばは香りやコシが抜群で、そばつゆのダシと相まって美味しいと大好評でした！！

- ◎ 行事予定については、都合により変更することがありますので、ご承知おきください。
- ◎ ご家族のご見学、ご意見、ご要望など、いつでも受け付けておりますので、お気軽にお申し出ください。
- ◎ 広報誌「さわがに」は、ホームページでもご覧いただけます。