

かたくり便り

平成28年10月号

練馬区立土支田デイサービスセンター 編集：所長 大川原いずみ

お問い合わせ：電話5387-6760

「ありのままのあなたを大切にします」

経営理念：練馬区社会福祉事業団は、人権尊重を理念とし、地域で最も信頼され、喜ばれるサービスの提供を、効率的でバランスのとれた経営をもって行い、区民福祉の向上を図ります。

9月のセンターの様子

★9月は毎年恒例の「健寿を祝う会」を行いました。一般では「敬老の日」としてお祝いをされますが、土支田デイでは健康であることを寿ぎ、また、お客様方に敬意と感謝を表しこの会を催しています。今年は9/14-16を行事の日、として催しましたが、職員一同365日、皆様の心身の健康に向け、変わらないお手伝いを続けてまいります。



お祝の御膳、素敵なお披露も日々好評でした。



★「男の料理～秋のキノコ入りカレー作り」

「男子厨房に入らず」は古の言葉・・・？

9/22、男性のお客様により、キノコを使った季節感あふれるカレーを作りました。予想外(?)に熱心な「料理男子」に女性陣も拍手、感謝！味も最高！

「ごちそうさまでした。」



お客様懇談会より

★ゲームのご希望などのお話がありました。「花札」なども希望があるようでした。

お知らせ

★在籍の職員につきましては、センターの廊下に紹介をさせていただいています。ご覧ください。

職員からの“お得な情報”コーナー



はちみつの驚きの“健康促進”力

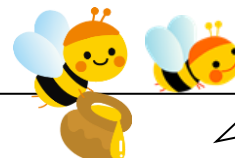
はちみつは、老化防止や不眠、脳の活性化にも繋がる食材です。

疲れた体に素早くエネルギーを循環させる働きがあります。糖分とブドウ糖を主に含んでいるのですが、これらは体の中で分解されないのでもそのまま栄養として吸収されます。つまり、細かく分解する必要がないので、素早い疲労回復が期待できるのです。運動の後や仕事で疲れた時にはもってこいの食品です。

はちみつの代表的な栄養成分は、ブドウ糖・果糖・ビタミン類・ミネラルが挙げられます。これらは全て脳の活性化に必要な成分です。脳を素早く元気にし、働きが良くなります！

また、はちみつは、お年寄りの方にも脳の活性化が期待できますから、料理の際には砂糖の代わりに使ってみてください。脳の神経細胞は頭を使うほど成長するといわれます。年齢は関係ありません。はちみつで脳に栄養を与えてハツラツと過ごしましょう！

送迎員 三井でした。



★いつも、レジ袋のご寄贈ありがとうございます。いつでも受け付けております。ご協力お願いいたします。

★土支田デイのブログは、「土支田デイ」で検索！