

グリーン・コムだより

社会福祉法人 夕陽会
特別養護老人ホーム
グリーン・コム
第 116 号
平成 27 年 4 月 10 日



桜が咲く前といえばやっぱり！！
毎年恒例、神崎梅祭りに出かけてきました❀
当日は生憎の天候でしたが、車の中からしっかり眺めてきました。西大寺でランチをして帰りました♪



管理栄養士よりお知らせ

厚生労働省が「日本人の食事摂取基準」2015年版を改定しました。高血圧予防の観点から、塩分摂取量について、1日当たりの目標量が下記の通り変更になりました。

18歳以上男性 2010年版 9.0g/日 未満
→2015年版 8.0g/日 未満
18歳以上女性 2010年版 7.5g/日 未満
→2015年版 7.0g/日 未満

塩分摂取量の目標量は、2010年版で低めに変更されたもの（男性10.0g→9.0g、女性8.0g→7.5g）から更に低い改定となりました。これを受けて、グリーン・コムでも塩分量の是正を図り、味噌汁の味噌の量を半分とすることにしました。4/20より実施致します。利用者様の健康増進のため、ご理解くださいますよう、お願い致します。

4月行事予定

1日(水) メイクボランティア
3日(金) 太伯民踊同好会
11日(日) お花見外出
16日(木) 絵手紙教室
17日(金) まどっこまんと

第2水曜日 カラオケ(清須先生)
第3水曜日 カラオケ(伊加先生)
第2火・第4金曜日 パン販売
第2・4金曜日 散髪サービス
週2回 嘱託医診療
隔週木曜日 精神科医診療



今月の手作りおやつ



3月は厨房さん主催で大判焼作りをしました！！できたて最高でした☆

今月のベストショット



皆様お誕生日おめでとうございます！

今月お世話になったボランティア様

☆古牧 様 (3/4)

久しぶりにメイクボランティアにられました。皆さん、年末から心待ちにしてました♡

☆伊加様 (3/15)

カラオケ教室の先生です。「は～るがき～た～、は～るの小川～が・・・♪」すっかり春ですね❀

☆田淵 様 (3/16)

絵手紙を教えていただいています。3月は「書」に挑戦しました。書も画になるもので、素敵です☆

☆芳田公民館ブルースター 様 (3/22)

いつもオカリナで、素敵なメロディーを奏でてくださいます♪



職員紹介



看護職

片岡 久美

将来の夢

日々の暮らしの中、物事を前向きに、プラスに考え生きようとする、豊かな心、感謝の心が芽吹いて心穏やかに明るく生きられるような気がします。人の心を包み込み癒やせるような人になれたらいいと思います。

好きな言葉

愛、感謝

ひとこと

施設での仕事は初めてです。至らない私ですが、どうぞ宜しくお願いします。