

Kiitos キートス デイサービス便り

2024年 2月号



社会福祉法人 至誠学舎立川
至誠ホーム
至誠キートスデイサービス

住所 立川市幸町4-14-1

電話 042-538-2322

FAX 042-538-2324

【デイサービスの食事のお話＆「チョコレートフォンデュの日」お知らせ】

梅の花も開き、寒気の中にも早春の息吹が感じられる頃となりました。皆様、お変わりなくお過ごしでしょうか。

さて、今回は食事についてのお話です。キートスデイサービスで日頃召し上がっていただいている食事ですが、皆様どのような感想をお持ちでしょうか。ご高齢の方の食事は必要な栄養素や飲み込みやすさ、味付けの仕方など配慮すべき点が多くあります。またひとり暮らし等ひとりで食事を食べる「孤食」は低栄養や食欲低下を招く恐れがあるとして近年取り上げられています。デイサービスでの食事は、高齢期の特徴に合わせた栄養バランスの良い食事が摂れるということだけに留まらず、食材や献立から季節を感じたり顔見知りの方々と和やかに食卓を囲むことで安心感や食事の満足感を得ることができる「心の栄養」を得る機会となっています。誰かと一緒に食事を摂る「共食」の場として当デイサービスでは管理栄養士を中心に以下のような取り組みを行っています。

- ①管理栄養士が献立を考えた栄養バランスの良い毎日の食事
- ②季節感を感じながら食べるまでの過程を楽しむ「食を楽しむイベント」
- ③メインのおかずが選べる「お楽しみ選択食」（毎月1回）
- ④行事に合わせた昼食やおやつ
- ⑤1日と15日の「赤のご飯」（毎月2回）



そして今月29日には「食を楽しむイベント」の一環としておやつに「チョコレートフォンデュ」を行います。当デイサービスでは初めての取り組みに職員も今からとても楽しみにしていますので、ぜひご参加下さい。食事に関するご意見などございましたらお気軽に相談員までお伝え下さい。



↑②食を楽しむイベント（新茶、かき氷）
冬季はおでんも！



↑③お楽しみ選択食（親子丼またはきつねうどん）



↑過去の特養行事チョコレートフォンデュの様子。チョコをたっぷりつけて♪



↓④行事食（長寿を祝う会のちらし寿司、フルーツあんみつ）



定員が空いている
曜日は臨時利用が
できます。
ご相談下さい



【お知らせ】

別紙にてご案内の通り浴室の改修工事を実施させていただきます。期間中は入浴サービスが中止となり皆様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解の程お願い申し上げます。《期間：3/10（日）～3/24（日）》

《 活動紹介：混声合唱団「野ばらの会」 》



地域で活動をされている「野ばらの会」の皆さんは、月1回火曜日の午後にキートスデイサービスでボランティア活動をされています。活動内容は、歌集を見ながら時間たっぷり皆さんで歌を歌います。童謡から懐かしの歌謡曲まで幅広い選曲です。参加者一人一人に歌集を準備して下さっており、ページを探したりめくるのが難しい方はボランティアの皆さんが支援して下さいますので安心してご参加いただけます。



《 新年の展示&節分の会 》



1月は新年の展示として書道活動（月・木午前中）に参加されている皆様の書初めと、絵馬を飾りました。絵馬の裏には皆様に新年の抱負を書いています。お正月らしい華やかな展示となりました。

2月3日、この日はデイサービスにも鬼が来園！？この鬼たちの正体は誰でしょう？「鬼は外！」「福は内！」と日頃出せない大きな声を出して豆まきをしたり「鬼のパンツ」を唄ったりと笑いの絶えない時間となりました。

