

e-care

通信



Vol.148

2023年9月

Cover Sweets



マチェドニア

Macedonia

イチゴやメロン、オレンジ、キウイなど、たっぷりのフルーツを混ぜて作る、イタリア発祥のスイーツ。マケドニア王国が多民族国家であったことに由来して、多くのフルーツを混ぜ合わせたものをイタリア語でマチェドニアと呼ばれるようになりました。フルーツポンチと似ていますが、違いはアルコールの有無。大人のフルーツポンチとして、名を広めています。

＼ゆい介護用品です！／

先日、福祉用具の展示会へ行ってきました！
新型コロナの制限が緩和され、久しぶりの参加となりました。

普段利用している福祉用具について、
直接メーカー様とお話ができる機会がもてました。
3時間たっぷり、触ったり試したり、私たちの
疑問に答えていただいたり、とても貴重な1日となりました♪

ゆい介護用品は、新しい情報を更新し、
より良いサービスへつなげられるように活動して
参ります。



福祉用具展示会& アウトレット品即売会

2023年7月5日(水)

13:30~16:30

自由に出入りいただけます。お気軽にお越しください。



「おトシップ」展示ギャラリー3
〒100-0001 東京都千代田区千代田 79-4

★各メーカー
最新の福祉用具
ご案内

【出展予定メーカー】50音順
アロン化成・カワムライサイクル
ケーブ・シコク・鳥製作所
タイカ・ビジョントピラ
ヘルモビル・マツバ
松永製作所・モルテン（他）

★車いす
手すり

も

の

づ

く

い



いの森

翌日の晴天を願う、てるてる坊主。
にっこり笑顔がかわいいです。
次の日は晴れたかな・・・？

フローレンス川島田

手のリハビリのために、塗り絵を始めた
ご利用者様がいます。
色とりどりでとっても綺麗！かき氷の
シロップは、いちごとメロンでしょうか？



グループホーム中里



大きなひまわり！夏の代表のお花ですね。
壁に貼れば、ひまわり畑のようになりそう！

デイサービス中里

夏祭り

ヨーヨー釣りと
歌に合わせてダンス

種類豊富な
屋台グルメ

プロジェクターでみる
大きな花火



たのしい



夏の思い出



りなの森に植えてある
背の高いひまわりです



グループホーム中里で、
つめた〜いかき氷を
いただきます



フローレンス富士の郷の
ご利用様は、
エプロン畳みをいつも
手伝ってくださいます！



グループホーム座間で、
おうち縁日を開催！
カプセルトイや輪投げなど、
たくさん楽しみました





今月のテーマは・・・

ミネラルの種類と働き

ミネラルには様々な種類があり、それぞれの大切な働きによって体の健康を保っています。体調不良を感じている方は、もしかするとミネラル不足が原因かもしれません。今回は、ミネラルの種類と働きについて詳しく説明していきます。



ミネラルとは？

体を作っている元素の一部で、無機質とも呼ばれています。体の調子を整える大切な役割がありますが、体の中で作ることが出来ない為、食事から摂取する必要があります。不足すると様々な体調不良が起こる可能性があります、摂り過ぎても過剰症を引き起こすことがあります。

ミネラルの種類と働きと豊富に含まれる食品

ミネラルの中でも不足しがちな種類について説明していきます。

【カリウム】

※不足すると、脱力感や食欲不振などの症状が見られることがあります。

□働き・・・浸透圧を調節して一定に保つ働きがあります。ナトリウムを排出する作用があり、塩分の摂り過ぎを調整するのに役立ちます。

□豊富に含まれる食品・・・野菜類、海藻類、果物類など

＜注意事項＞

腎機能が低下している方は、摂取量に注意が必要です。主治医の指示に従ってください。



【カルシウム】

※不足すると、骨粗鬆症の原因になります。

□働き・・・歯や骨を作る。

□豊富に含まれる食品・・・魚介類、乳製品、大豆製品など



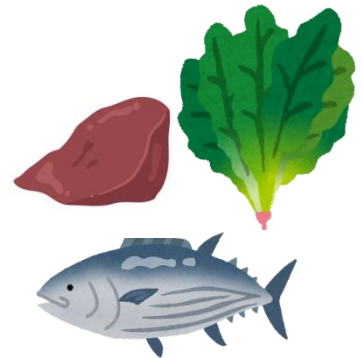
ビタミンDが不足するとカルシウムの吸収が悪くなる為、一緒に摂ることをおすすめします。

【鉄】

※不足すると、貧血などになりやすくなります。

□働き・・・酸素を運搬する。

□豊富に含まれる食品・・・肉類、魚介類、緑黄色野菜など



ビタミンCと一緒に摂ると吸収しやすくなります。

【亜鉛】

※不足すると、味覚障害などを引き起こすことがあります。

□働き・・・体内の様々な酵素の働きを助ける。

□豊富に含まれる食品・・・魚介類、肉類など



主食・主菜・副菜を基本とした食事を摂っていれば、ほとんどのミネラルは不足しにくいと考えられています。欠食や特定の食品を食べ続けるなどの偏った食事を避け、バランスの良い食事を摂ることを心がけましょう!!

フローレンス新富士

静岡県富士市

宮島 993-1

TEL:0545-64-2821



リなの森

静岡県沼津市

大諏訪 234

TEL:055-952-7170



フローレンス富士の郷

静岡県富士宮市

万野原新田 4068-9

TEL:0544-58-9605



フローレンス南箱根

静岡県田方郡函南町

平井 1690-31

TEL:055-974-1323



フローレンス川島田

静岡県御殿場市

川島田 796-1

TEL:0550-84-7099



デイサービス

わくわくデイサービス富士宮

静岡県富士宮市

ひばりが丘 884

TEL:0544-66-9170



デイサービス イー・ケア中里

静岡県富士市

中里 172-7

TEL:0545-32-6653



グループホーム

イー・ケア中里

静岡県富士市

中里 172-7

TEL:0545-32-6654



イー・ケア座間

神奈川県座間市

栗原中央 3 丁目 10-1

TEL:046-257-1226



〔沼津市〕

あおい居宅介護支援事業所 TEL:055-924-3871

〔富士市〕

あおい居宅介護支援事業所富士 TEL:0545-30-7158

〔三島市〕

あおい居宅介護支援事業所三島 TEL:055-955-7350

居宅介護支援事業所

〔沼津市〕

ボプラ訪問介護ステーション沼津

TEL:055-952-1110

〔富士市〕

わくわく訪問介護ステーション富士

TEL:0545-30-7158

〔御殿場市〕

きらら訪問介護ステーション

TEL:0550-88-8611

〔富士宮市〕

ボプラ訪問介護ステーション富士宮

TEL:0544-66-9170

〔函南町〕

ボプラ訪問介護ステーション南箱根

TEL:055-974-1323

訪問介護事業所

介護用品

〔富士市〕

ゆい介護用品 TEL:0545-32-9387

株式会社イー・ケア

〒410-0055

静岡県沼津市高島本町 16-16

高島本町ビル 2 階

TEL:055-924-5218 FAX:055-926-6730

URL: <http://www.e-care.co.jp>

入居相談・施設見学予約受付中!

0120-968-758

HP からも資料請求ができます。

お気軽にお問い合わせください。

