



e-care 通信



Vol.185
2026年10月



Cover Spot

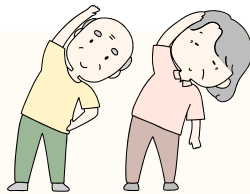


日本平・日本平夢テラス

静岡を代表する絶景スポット、日本平・日本平夢テラス。標高約300メートルの日本平からは、雄大な富士山をはじめ、駿河湾や清水港、伊豆半島まで見渡すことができます。特に空気が澄み始める秋は、美しい景色を楽しむのにぴったりの季節です。三層構造の展望施設「夢テラス」から広がる360度のパノラマを眺めながら、静岡ならではの秋のひとときを過ごしてみませんか。



雨にも負けず！！



雨の日が続く中、室内で体操を行いました。外に出られない日でも、元気に体を動かすことで気分もリフレッシュ！これからも無理なく楽しく体を動かしていきましょう。



9月スタート！食欲の秋



9月がスタートし、少しずつ秋の気配を感じる季節となりました。施設では、昼食に皆さんが楽しみにされているお蕎麦やうどんが登場。とっても美味しくいただきました。

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 : 0550-84-7099

HAPPY BIRTHDAY



おたんじょうび
おめでとうございます



おうちで縁日を楽しみました。



施設内で縁日を開催しました。お祭りの雰囲気を感じながら、ダーツや輪投げ、ガチャポンを楽しみました。点数やカプセルの中身でお菓子なども貰えてワクワク感もアップ♪



久しぶりの晴れ間に。



雨が続き久しぶりに晴れた日に、心地よい日差しに誘われてお散歩へ行きました。咲き始めたコスモスも眺めることができ、少しずつ訪れる秋の気配を感じることができ、とても良い気分転換になりました。

イー・ケア座間

神奈川県座間市栗原中央3-10-1

TEL : 046-257-1226



カメラ目線で
映りもばっちり。



おいしい
調理食を食べながら。



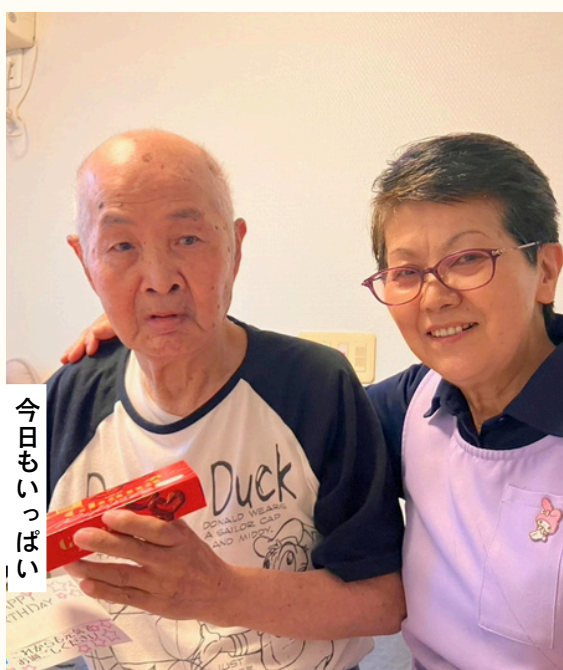
今日の笑顔も、
いい思い出。
オシャレも
楽しめます。



みんなでワイワイと
ババ抜き大会。
職員も一緒に
楽しめます。



今日もいっぱい
笑いました。
明日も楽しみ。





フローレンス 新富士



最期までその人らしく生活できる施設

趣味や生きがいを大切にし、
ずっと継続できるように支援いたします。

フローレンス新富士
静岡県富士市宮島993-1

TEL : 0545-64-2827



今月のテーマは…

食品ロス

10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。食品ロスは、国内外で関心が高まっています。その削減に向けて私たち消費者一人一人が主体的に取り組むことが重要です。

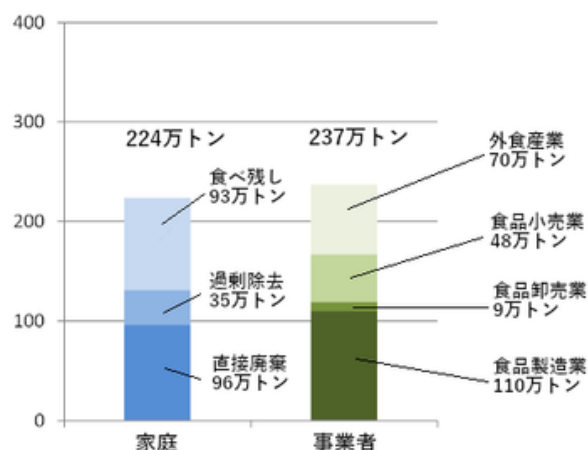
食品ロスは、どれくらい発生しているの？

食品ロスとは、本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことです。

日本では令和6年度に、約461万トンの食品ロス

- ・家庭から約224万トン
- ・事業者から約237万トン

が発生したと推計されています。



家庭で発生する食品ロスには、どのようなものがあるの？

家庭で発生する食品ロスは、大きく3つに分類されます。



1. 食べ残し

食卓にのぼった食品で、食べ切れずに廃棄されたもの。



2. 直接廃棄

賞味期限切れ等により使用・提供されず、手つかずのまま廃棄されたもの。



3. 過剰除去

厚くむき過ぎた野菜の皮など、不可食部分を除去する際に過剰に除去された可食部分。

食品ロスを減らすためにできることは？

✓飲食店で食事するとき

自身や家族で食べきれると思う量を注文し、どうしても食べきれない場合は、お店の方の説明を良く聞いたうえで、持ち帰ることで食品ロスの削減に繋がります。このマークがあるお店は食べ残しの持ち帰りを推奨しています。持ち帰る際には、お店の方に注意事項をしっかりと確認してください。



✓買い物のとき

買い物の前に冷蔵庫の中の在庫を確認したり、食べきれないほどの食材を買いすぎないようにしましょう。すぐに食べる商品は、賞味期限や消費期限の長い商品を選択するのではなく、陳列順に購入しましょう。

✓調理のとき

調理のときは、食べられる分だけ作るようにしましょう。また、食材が余ったときには、使い切りレシピを検索してみましょう。消費者庁では、「食材を無駄にしないレシピ」を料理レシピサイト「クックパッド」の「消費者庁のキッチン」(<https://cookpad.com/jp/users/40094209>)において紹介しています。

✓保存のとき

食べきれなかった食品については、冷凍などの傷みにくい保存方法を検討しましょう。また、保存していた食べ残しを忘れてしまわないように、冷蔵庫の中の配置方法を工夫しましょう。



✓外食するとき

まずは食べきれる量の注文を心がけましょう。残ってしまった場合には、ドギーバッグ等で持ち帰ることができるかどうかを確認してみましょう。特に宴会では食べ残しが多く出ます。乾杯後30分間、お開き10分前は、自分の席で料理を楽しむ「3010運動」に取り組んでみませんか。



✓食べきれないとき

買いすぎて食べきれない場合や、贈答品が余ってしまう場合には、フードドライブなどへの寄付やお裾分けを検討しましょう。お住まいの自治体がフードドライブを行っているかについては、自治体のホームページ等を確認ください。

住宅型有料老人ホーム

フローレンス南箱根

静岡県田方郡函南町
平井1690-37
TEL:055-974-1323



りなの森

静岡県沼津市
大諏訪234
TEL:055-952-7770



フローレンス新富士

静岡県富士市
宮島993-1
TEL:0545-64-2827



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3-10-1
TEL:046-257-1226



訪問介護事業所

[函南町]

ポプラ訪問介護ステーション南箱根
TEL:055-974-1323

[沼津市]

ポプラ訪問介護ステーション沼津
TEL:055-924-3871

[富士宮市]

ポプラ訪問介護ステーション富士宮
TEL:0544-66-9170

[御殿場市]

きらら訪問介護ステーション
TEL:0550-88-8611

[富士市]

わくわく訪問介護ステーション富士
TEL:0545-30-7158

居宅介護支援事業所

[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

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:<https://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。

