

広報

# あ の な は ん

第29号

発行 平成28年8月10日

特別養護老人ホーム なのりの里・なのりの杜



シイタケの植菌



桜の木の植樹



シイタケ手入れ  
平成28年6月25日

園児の皆さんから  
かわいいお花のプレゼント



森の中で  
ブランコ

## 幼老の森 ふれあい交流会

6月24日と25日の2日間、生き活きプロジェクト「幼老の森ふれあい交流会」が行われました。24日は山岸保育園の皆さんが山の中を散策し、お昼は入居者の皆さんと一緒に食べ、その後はお遊戯を披露してくれました。25日は名乗町内会の皆さんにご協力いただき桜の木の植樹とシイタケの植菌・手入れを行いました。



また遊びにきてね～

みんなで食べると  
おいし～い!!!





《飲み物》 ※おかわり自由

- ・コーヒー(温・冷)
- ・紅茶(温・冷)
- ・緑茶(温・冷)
- ・玄米茶(温・冷)

Caffe \* nanori

《おやつ》 ※①~③の中から1人1個 ※④は1人1個

- ①ソフトクリーム (バニラ・いちごミックス)
- ②どら焼き
- ③抹茶ゼリー~黒蜜・ホイップクリーム添え~
- ④おかき



# なのい喫茶

毎月恒例のなのい喫茶が今年も始まりました。メニューの中から好きなおやつと飲み物を選び、普段会わない違うユニットの方ともお話ができ、皆さんとても楽しそうにされておりました。

喫茶メニュー



このおやつ  
おいしい♥



# ボランティア慰問



大正琴すみれの会のみなさん



大正琴はもちろん衣装も毎回楽しみにしています。

アンサンブルミュージックのみなさん



夏休み子どもたちも演奏に来てくれました。

ハーモニカメイトもいおかのみなさん



季節の歌を中心とした演奏が大好評です。

夏の歌、いいね~



懐かしい歌がたくさん!!!





# 新設特養の説明会を開催しました

来年春に開設予定の新特養の説明会を、6/21は地域の皆様へ向けて、7/10は入居者のご家族様へ向けて開催しました。説明会の後は屋外休憩棟で懇親会を行いました。



ご家族様への説明会

地域の皆様への説明会



## 西部川柳会の作品展

西部川柳会の皆さんが作品を展示して下さいました。入居者様からは、「ステキな川柳だね～」との声が聞かれました。



作品展など、お待ちしております!!!

## 入居者様の作品紹介



動物、景色、人物  
なんでも描きます

杜7丁目  
後藤豊様



## 避難訓練

7/12に里・杜それぞれ火災を想定した避難訓練を行いました。里の皆さんは外へ避難しました。杜は1階の皆さんは外へ、2階の皆さんは火元から遠いユニットの非常口への一時避難をしました。その後は、スタッフの消火訓練を行い防災への意識が高まりました。



# ～栄養士よい～

夏バテ予防には、オクラや長芋などのネバネバした野菜が胃腸に負担をかけにくく効果的です。ネバネバ食材を積極的に取り入れ、元気に夏を乗り越えましょう。



**胃腸への負担が少ない**  
ムチンやペクチンが、食べ物の消化を助けるために胃の粘膜を保護してくれます。



**疲労回復**  
納豆に含まれるビタミンB1には疲労回復効果があります。



## ねばねばパワー



**整腸作用**  
食物繊維の一種であるペクチンには整腸作用があり、下痢にも便秘にも効果的です。



**食欲増進を助ける**  
ネバネバした食材はのどごしがよく食べやすいのでおすすめです。

# 行事食紹介



6月19日 父の日  
あなごちらし



7月7日 七夕  
七夕そうめん

# 家庭菜園



今夜はコレで何作ろうかな～!!!



小玉すいか



トマトたくさん採れました

里1丁目の田んぼ大きくなりました

# 納涼祭のお知らせ

平成28年8月27日(土)  
午後3時～午後6時

夏を締めくくる楽しい企画を用意しています。皆様お誘い合わせの上お越しください。

★屋台、縁日、さんさ踊り、イベント、福引き、石窯ピザなどお楽しみ盛りだくさんです。



# 編集後記

梅雨が明け毎日30度を超える夏らしい日々が続いております。水分・塩分補給をして体調を崩さないようにしていきたいですね。なのりの杜・里では今月末に納涼祭を開催いたします。その模様は次号でお伝えいたします。



社会福祉法人みやぎ会

特別養護老人ホームなのりの里

〒020-0001 盛岡市上米内字名乗沢1-46

TEL 019-665-1300 FAX 019-665-1313

特別養護老人ホームなのりの杜

〒020-0001 盛岡市上米内字名乗沢1-58

TEL 019-665-1310 FAX 019-665-1303