

# さんみ苑だより！！

## 苑 長 あ い さ つ

5月に入るとさんみ苑の周囲の風景は、一変しました。田んぼは耕され、水が張られ、田植えを待っています。道路には軽トラやトラクターが行きかい、資材を運んでいます。また、農家の方々の姿をあちらこちらの田んぼで見ると、こんなに人がいるんだと改めて認識します。

急に周囲の風景に活気が見られるようになると、住民の皆さまの気持ちが明るくなったように感じます。やはり、「ここは農業地域なんだ。」と改めて感じました。

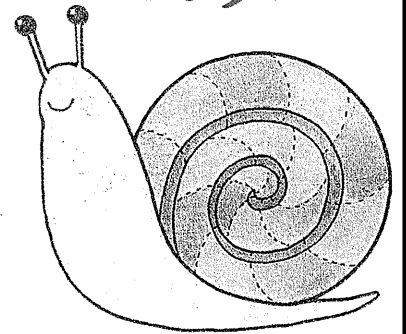
## テ ィ サ ー ビ ス ( 高 齢 )

5月20日は、ふたば園まつりが盛大に行なわれ  
 デイサービスの利用者さんのぬり絵も出展され大盛況  
 でした。 だんだん暑くなりますが、体調管理をされ  
 寒さから暑さのはざまを乗り切ってください。

## 6月の行事予定

20日(火) きんこんかんバンド

23日(金) フラワーアレンジメントです。



## 障がい者支援(入通所・ケアホーム)



5月20日にふたば園まつりが開催されました

天気にも恵まれ 当部門から出店の焼きそばをはじめ

焼き鳥、うどん等おかげさまで大盛況でした

利用者様も指折りお待ちになり、当日は思いっきり

お楽しみ頂きました

これからも、皆さまが笑顔になって頂けるように努めてまいります



# 高 齢 相 談 支 援



介護保険のいろは②

デイサービスに行きたいです。  
どのような手続きをしたら  
いいですか？



デイサービスなど介護サービスの利用を希望される場合、  
ご本人さんの状態が利用できるサービス内容、回数などが  
異なります。  
まずは地域の相談窓口の在宅介護支援センターさんみ苑  
にお気軽にご相談下さい。(27-5000 担当 山根)  
\*市役所などの窓口や地域包括支援センター(25-3521)に相談することも可能です。

## 厨

## 房

日に日に暑くなっていくのに加えて、まもなく梅雨のジメジメとした季節がやってきて、食べ物も傷み易くなってきます。食中毒菌の増殖し易い時期でもありますので、食べ物の保存にはより一層気を配りたいものです。

食中毒とは一般的に、飲食物を介して人の体の中に入った、病原微生物や有毒物質によって起こるもので、多くの場合、比較的急性の胃腸炎症状(嘔吐・下痢・腹痛)を主症状とする健康障害をいいます。食品が傷んでいる時は、異臭や味の変化で知ることができますが、食中毒の原因菌は、見た目やにおい、味などに変化を起こさないため、気づくのが困難です。そのため、食品の正しい取り扱いや保存の方法、食中毒菌の特徴を知り、食中毒の発生を未然に防止することが大切です。

細菌の増える条件は、食品が栄養になること、水分が増殖を促すこと、30~38℃の気温で急速に増殖することなどが挙げられます。この条件を応用して、増える時間を与えず、増える温度帯を避けて保管し、死滅する温度まで加熱するなど、逆に増殖を防止することを心がけましょう。

## 編 集 後 記

『還暦を越えても現役で・・・』

的場文男騎手(60歳と8ヶ月)が地方競馬で7000勝を達成した!!というニュースを目にしました。通算7000勝は年間100勝ペースで70年、200勝を挙げても35年かかる大記録! 的場騎手のコメントで「もういいかな」と思ったこともあったことがありますが、自分のため周りのため、頑張っ頑張っ喜びがあるから人生は楽しいです。身近にも還暦を越えても頑張っおられる方がたくさんいらっしゃいますね。今月もお読みいただきありがとうございます。在宅介護支援センター 山根

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされている御家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。お気軽にご相談ください! ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721  
萩市三見3852番地1(蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、谷井、松井、山根が障がい(入所、通所の相談)は、縄田、濱岡が対応いたします。