

メディコ守山だより

令和2年7月号
 介護老人保健施設メディコ守山
 名古屋市長山区日の後301番地
 TEL 052-736-5585

先月の父の日には行事食としてえび天丼を提供しました。見た目も豪華な天ぷらは皆様にとっても喜んでいただけました。笑顔でお食事される姿を見るのは栄養科としてもやりがいを感じる瞬間です。今年は新型コロナウイルスの影響で面会や外出も満足に出来ない状況が続いております。そんな中、食事は楽しみの一つであると思いますので、入所・通所の皆様に楽しみにしていただけるような食事の提供に今後も努めていきたいと思っております。



【夏野菜を食べて乗り切ろう】これからの季節はどんどん暑くなって脱水や熱中症の危険が高くなります。今年はマスクをしているので特に注意が必要とされています。夏の野菜の代表であるトマト、きゅうり、なす、ピーマンなどにはビタミンCやカリウム、水分が多く含まれ夏に失われがちなミネラルを補給し脱水を予防します。かぼちゃ、オクラ、モロヘイヤなどはビタミンAが豊富に含まれ夏の紫外線から肌を守ってくれます。夏の暑さで食欲が落ちてしまいがちですが旬の野菜を食べて暑い夏を乗り切りましょう。

2階 レク

フラワーアレンジメント



3階 レク

アジサイゼリー

を作りました



メディコ守山フロア 7月の予定

| | 日付 | 曜日 | 内容 | 日付 | 曜日 | 内容 | 日付 | 曜日 | 内容 | 日付 | 曜日 | 内容 | |
|----|----|----|------|----|----|-----------|----|----|--------|----|----|----|----------|
| 7月 | 1 | 水 | 消防訓練 | 12 | 日 | 喫茶の日 | 23 | 木 | 海の日 | 8月 | 1 | 土 | 喫茶の日 |
| | 2 | 木 | | 13 | 月 | 床屋の日 | 24 | 金 | スポーツの日 | | 2 | 日 | 喫茶の日 |
| | 3 | 金 | | 14 | 火 | お誕生日会 | 25 | 土 | 喫茶の日 | | 3 | 月 | 床屋の日 |
| | 4 | 土 | 喫茶の日 | 15 | 水 | お誕生日会 | 26 | 日 | 喫茶の日 | | 4 | 火 | |
| | 5 | 日 | 喫茶の日 | 16 | 木 | | 27 | 月 | | | 5 | 水 | |
| | 6 | 月 | 床屋の日 | 17 | 金 | | 28 | 火 | | | 6 | 木 | |
| | 7 | 火 | | 18 | 土 | 喫茶の日 | 29 | 水 | | | 7 | 金 | |
| | 8 | 水 | | 19 | 日 | 喫茶の日 | 30 | 木 | | | 8 | 土 | 喫茶の日 |
| | 9 | 木 | | 20 | 月 | 土用の丑(鰻御膳) | 31 | 金 | | | 9 | 日 | 喫茶の日 |
| | 10 | 金 | | 21 | 火 | | | | | | 10 | 月 | 山の日 床屋の日 |
| | 11 | 土 | 喫茶の日 | 22 | 水 | | | | | | 11 | 火 | |