

施設だより

verde

「verde」とは、ポルトガル語で「緑の」という意味です。
(令和5年10月発行 412号)



(敬老会のお祝いのケーキです)

ベルジ株式会社 有料老人ホーム ベルジ武尊

発行責任者 総支配人 大久保健司

支配人 原澤仁

〒378-0113 群馬県利根郡川場村生品 1221

Tel 0278-52-2411 / Fax 0278-52-3270

E-mail hotaka@e-verde.co.jp

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

(ホームページにてブログも更新しております。そちらも是非ご覧ください。)



納涼祭を行いました。
 入居者様にお祭り気分を味わっていただけたらと
 わたあめ、かき氷、ヨーヨー釣りなどを
 ご用意しました。特にヨーヨー釣りは人気で、
 皆様ヨーヨーや動物のおもちゃを
 嬉しそうに見せてくださり、楽しんで
 いただけたようでした。



祝 敬老の日



敬老会を行いました。長寿の
 お祝い年を迎えた入居者様へ
 支配人より慶祝状をお渡しさせて
 いただきました。各ホールや食堂では
 職員と入居者様で「明日があるさ」を
 歌って盛り上がり、お祝いのケーキも
 おいしいと喜んでいただきました。
 これからも皆様お元気で
 お過ごしください。



いつまでも
 げんきで
 いてね。



↓十五夜のおやつに
 お月様をイメージした黄色い
 お饅頭をご提供しました





毎日くだもの200g運動

『毎日くだもの200g運動』とは、1人1日200g以上のくだもの摂取を推進する運動のことです。

果実は、ビタミン・ミネラル等の重要な供給源であり、バランスの良い食事には欠かせません。

しかし、果物はまだまだ嗜好品としての意識が強く、摂取量の不足が続いています。

果物を毎日の食生活に欠かせない品目として定着させるため、この運動がはじまりました。

果物200gってどれくらい？

- *温州みかん・・・2個分
- *梨・・・1個分
- *葡萄・・・1房分
- *桃・・・2個分

- *りんご・・・1個分
- *バナナ・・・2本分
- *キウイフルーツ・・・2個分
- *グレープフルーツ・・・1個分

- *柿・・・2個分
- *いちご・・・12粒分

秋が旬の果物の上手な選び方

柿



- ・ヘタがきれいな緑色をしている
- ・ヘタと果実の間に隙間がない
- ・持った時にずっしりと重みを感じる
- ・全体が色づいている

葡萄



- ・果皮に白い粉(ブルーム)が付いている
- ・軸がきれいな緑色をしている
- ・実同士の隙間が少し空いている
- ・実がふっくらとして果皮に張りがある

梨



- ・表面がツルツルしているもの
- ・軸が太くて色ムラがない
- ・ずっしりと重たい
- ・お尻の部分がより深く凹んでいる

りんご



- ・果皮に張りがあってずっしりと重い
- ・赤く染まっていて軸が太い
- ・お尻の部分が緑色よりも黄色
- ・果皮のテカテカは熟した証



9月のお食事



監修 栄養士 佐々木知里

敬老の日

栗ご飯 / 清汁 / 天ぷら
かに高野の含め煮 / お浸し / 果物



鶏南蛮そば / 牛乳 / 金平ポテト
ミネラルサラダ / 羊羹



月見うどん / 牛乳 / 煮豆
中華サラダ / 果物

2023 9

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



2023 10 令和5年

OCTOBER (神無月)



2023 11

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
1 赤口	2 光勝	3 友引	4 光負	5 仏滅 新館習字 14:30~	6 大安 映画 14:00~	7 赤口
8 光勝	9 スポーツの日 友引	10 南館習字 14:30~	11 運営懇談会 10:15~	12 新館函トレ 14:30~	13 赤口 映画 14:00~	14 光勝
15 光負	16 仏滅	17 大安	18 赤口 南館函トレ 14:30~	19 光勝 新館習字 14:30~	20 友引 映画 14:00~	21 光負
22 仏滅	23 大安	24 赤口 南館習字 14:30~	25 光勝	26 友引 新館函トレ 14:30~	27 光負 映画 14:00~	28 仏滅
29 大安 ハロウィン	30 赤口	31 光勝	1 南館函トレ 14:30~	毎週日曜日はカレーの日、5日と20日はイタリアンの日です。 10月のお食事では栗ごはん、豚汁、きのこカレー、リゾット、 ちゃんぽん風うどんをご提供します。		

おらせ

10月21日に入居者様のインフルエンザ予防接種を実施予定です。施設より送らせていただきました同意書・予診票の返信がまだの方は、お手数ですがご記入いただき、返送をお願い致します。また、**沼田市に住所のある方は受診シールが必要**となります。受診シールは5月中旬頃に沼田市より発送されていますので、ご確認ください。予診票と一緒にお願いします。よろしくお願い致します。

ひとごと ケア担当 林信太郎 (はやし しんたろう)

今年5月16日に入職した林と申します。

未経験で介護の仕事を始めて4か月が経ちました。最初の頃はご入居者様のお名前とお人柄などを業務と同時に覚えようと必死になっていました。今ではご入居者様に名前を呼んでもらう時もあり、「ありがとう」と声をかけていただき、毎日元気をもらっています。季節の変わり目なのでご入居者様の健康と共に、自身の健康にも気をつけて過ごしたいと思います。まだできることは少ないですが、目の前のことを精一杯頑張っています。

編集委員：大久保健司、原澤仁、水田洋子、下條かほる、若槻次郎、星野恵美子