

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6年7月発行 421号)



(七夕の日のおやつです)

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。)



マンドリン・ギター演奏会



沼田マンドリン・ギタークラブの皆様による演奏会が開催され入居者様に昭和の名曲を聴いていただきました。「久々に生の音楽が聴けて嬉しかった」「私、この曲好きなんだよ」「全部知ってる曲で良かった」と大変喜ばれました。演者の方からの問いかけに入居者様は嬉しそうに答えていたり、リズムに合わせて手拍子されている様子も見られました。8曲の演奏の間には手品や紙芝居もしていただき、3年振りの実施となった慰問は大盛況でした。



お習字と脳トレを午前中の開催に変更させていただきました。やさしめな漢字から季節感のある言葉まで、皆様真剣な表情で取り組まれています。



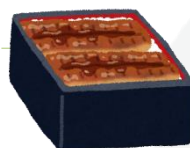
土用の丑の日に鰻を食べるのはなぜ？

土用の丑の日にうなぎを食べるという風習は、江戸時代に活躍した蘭学者である平賀源内が作り出したと言われています。本来うなぎに脂がのって美味しくなる季節は冬であり、夏のうなぎは身が痩せていて人気がありませんでした。

夏にもうなぎを売りたい、と近所のうなぎ屋から相談を受けた平賀源内は、土用の丑の日に「う」の付くものを食べると良いという風習にちなみ、うなぎ屋に「本日、土用の丑の日」と張り紙をさせました。これにより店は大繁盛し、「土用の丑の日といえばうなぎ」と人々に広く知られるようになったと言われています。

うなぎは栄養豊富！

- ・ビタミンA…免疫力を高める
- ・ビタミンB群…疲労回復に役立つ
- ・ビタミンD…骨や歯を丈夫にする
- ・ビタミンE…血管を健康に保つ
- ・ミネラル…体の調子を整えてくれる
- ・たんぱく質…筋肉のもとになる
- ・DHA、EPA…さまざまな効果が期待できるオメガ3系脂肪酸



今年の夏の
土用の丑の日は
7月24日です！



うなぎは健康に良い栄養素をたくさん含んでいます。しかし、胃もたれしやすい食べ物です。そこで、消化吸収を高め、胃酸の働きを活発にしてくれる「**山椒**」と一緒に食べると良いと言われています。また、ビタミンCや食物繊維はほとんど含まれていないため、野菜や果物と一緒に食べると良いでしょう。

監修 栄養士 佐々木 知里



保険証更新の時期です

「後期高齢者医療被保険者証」の有効期限が令和6年7月31日までとなっており、令和6年8月1日からは新しい保険証になります。各市町村役場より届きましたら、お手数ではございますがベルジ武尊まで郵送または受付までご持参ください（コピーでも構いません。）

また、「介護保険負担割合証」も8月1日より新しいものとなりますので

こちら合わせてよろしくお願いいたします。

住所変更や75歳の誕生日で新たに発行された際もご提示をお願いいたします。

感染対策研修会に参加しました

6月20日に群馬パース病院（協力医療機関）で感染総論の研修を受講しました。

自施設全役職者が参加し感染対策の取り組みについて基礎知識の振り返りと共に、その時々で感染対策が変わるため、適切な対策に基づいた柔軟な適応能力で医療・福祉施設の有り方の共有をはかりより一層安心、安全に努めて参ります。



2024 6						
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						

2024 7 令和6年
JULY (文月)

2024 8						
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
31						

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
30	1 赤口	2 先勝	3 南館習字 9:45~	4 新館習字 9:45~	5 映画 14:00~	6 赤口
7 先勝	8 友引	9 先負	10 南館函トレ 9:45~	11 新館函トレ 9:45~	12 映画 14:00~	13 先勝
14 友引	15 海の日 先負	16 仏滅	17 南館習字 9:45~	18 新館習字 9:45~ 運営懇談会 15:00~	19 映画 14:00~	20 友引
21 先負	22 仏滅	23 大安	24 南館函トレ 9:45~	25 新館函トレ 9:45~	26 映画 14:00~	27 先負
28 仏滅	29 大安	30 赤口	31 先勝	1	2	3

6月のお食事



6/10 菜飯 かき玉汁

豚しゃぶのゴマダレ 京がんもの煮付け
おろし和え 黒糖ゼリー



6/14 そうめん 牛乳

竹輪の磯部揚げ ミネラルサラダ
果物



6/19 お楽しみ弁当

梅ご飯 すまし汁 三色ハムフライ
油味噌 なめ草和え 抹茶ゼリー

ひとこと 事務担当 若槻次郎 (わかつき じろう)

暑い夏がやってきました。この時期に楽しみなこと、やりたいことはなんですかと聞かれましたが、暑さで全く浮かばなくて。いや、やりたかったことはありました。いわゆる夏フェスに行くことです（※夏場（7～9月）に開催される大規模な野外音楽イベント）。自然の中で日光を浴びながら、好きな音楽（ロック）を大音量で堪能する。夏じゃなければ何も考えずに行ったと思うのですが、暑さに気が滅入るばかりで今まで一度も行ったことがありません。一度で良いから夏フェスでB'zの「ultra soul（ウルトラソウル）」を聴いて、一緒に叫んで、ジャンプしてみたかったと思いながら、うだるような暑さにへたばっている50歳男の世迷言でした。

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