

伊勢あさま苑

令和8(2026)年

7.15

発行

第71号

広報誌

ほのほの



あさま苑のデイサービスは、
4月から**地域密着型**に
移行しました。

地域密着型デイサービスとは、
伊勢市内に住所のある方が
利用でき、定員は18人です。

ご利用者の状態に合わせた
機能訓練やレクリエーションに
も力を入れています。



ご飯、汁物、麺類などは、
目前で、温かいまま盛り付
けて提供しています。



2月
節分

ゲームで楽しく
鬼退治



3月
桃の
節句

美味しい
スイーツを
作りました



青空喫茶はこの数年、
いつも雨雨雨雨雨。
だけどそんな雨をも吹き飛ばす
楽しい喫茶を開催。
今年のテーマ「ピクニック」！
みんなで盛り上がり雨の音も
心地よいサウンドに♪

4月
青空
喫茶

色んなゲームを
楽しみました

5月
端午の
節句

はなちゃん ワンポイント☆アドバイス

暑い日は素麺やうどんはさっぱりと食べやすいですね。でも、それだけで済ませてしまうと、必要な栄養が足りなくなりがちです。そこで「夏を元気に乗り切る、ちょい足し食習慣!!」



ちょい足しポイント①

ゆでた鶏ささみ・ツナ缶・卵をプラスして、たんぱく質アップ。トマト、きゅうり、オクラなどの夏野菜を添えて水分とミネラルアップ。



ちょい足しポイント②

朝はパンだけでなく、ヨーグルトや牛乳も一緒に。ご飯の日は、納豆を取り入れたり、味噌汁に豆腐や卵を加えるとしっかり栄養がとれます。おやつにはアイスクリームも最適です。手軽に食べられるたんぱく質を、毎日の食事に少しずつ取り入れることが大切です。

種類別をチェック!



種類別:アイスクリーム



ちょい足しポイント③

また常備できる食品をうまく活用してみましょう。サバ缶に大根おろしとポン酢をかけ、ネギを添えるだけの火を使わない簡単さっぱりメニューを1品追加。豆腐に温めたレトルトの親子丼の具をかけるだけで立派なメイン料理に。



毎日の食事に少し工夫を加えるだけで、夏を元気に過ごす力になります。簡単な“ちょい足し食習慣”で、暑い季節を元気に乗り切りましょう。

あさま苑ショートステイの紹介

介護していて休息の時間が持てない、一晩だけでもゆっくり寝たい、家族旅行に行きたいが連れていけないといった時などに、泊まりのサービスがあります。ご希望があれば担当のケアマネジャーにご相談ください。

社会福祉法人ウエルケアより

令和7年度決算報告書及び事業活動報告書の内容につきましては、あさま苑事務室にて閲覧できますので、希望される方は、事務員にお申し出ください。

施設見学・相談

随時行っております。
お気軽にご相談ください。

受付時間

9:00~16:00

あさま苑 ホームページ

<http://www.asamaen.jp>

ブログで、苑の行事などを随時紹介しています!!
ぜひ、ご覧ください。



情報
発信中!

〈編集〉特別養護老人ホーム 伊勢あさま苑

住所 伊勢市朝熊町3074-11

TEL 0596-20-5511 FAX 0596-20-5577



編集後記

広報誌ほのぼのをご覧いただきありがとうございます。
また、ほのぼのの配布にご協力をいただいた地域の皆様、ありがとうございます。
今回の7月号は、1面に4月から地域密着型になったデイサービスを、2面3面は全部の部署(デイサービス、ショートステイ、特養)の行事の様子を紹介させていただきました。
日常、非日常のメリハリを大切にしながら楽しみのある生活を送っていただけるよう

レクリエーション活動も知恵をしぼっています。
昨今は物価高騰や異常気象なども心配されます。あさま苑でも工夫を凝らしながら、安心、安全のサービスを第一に提供できるよう努めています。
いよいよ夏本番を迎えます。食中毒予防、適切なエアコンの利用、こまめな水分塩分補給を行い、元気にお過ごしください。