

のびのび

4月号

令和5年4月1日発行
社会福祉法人 王慈福社会
ケアハウス ロイヤルウイング
倉敷市児島下の町5-2-15
(086) -474-0001

副施設長 高橋聖子
す。四月を迎えました。各地で桜が満開で

喫茶ゑびす
春を感じる
お彼岸セット



最後の
一切れ



春です
ねえ♪

おいしい
で〜す



お花見



岡南の河津桜が
満開でした



はやしや
囃子家 春の篠笛演奏会



篠笛のきれいな音色、
素敵な演奏、そして
リクエストにこたえていただき
ありがとうございました



看護のコーナー

3月13日からマスク着用は個人の判断が基本ですが
以下の場合には注意しましょう

- ※ 周囲の方に感染を広げないために(マスク着用しましょう)
 - ・ 受診時や医療機関・高齢者施設など訪問するとき
 - ・ 混雑したところや電車・バスなど乗車するとき
- ※ 自身を感染から守るために(マスク着用が効果的です)
 - ・ 高齢者
 - ・ 基礎疾患を有する方
 - ・ 妊婦

引き続き手洗い・アルコール消毒お願いします

～栄養のコーナー～

～施設の栄養基準について～



今回は、施設で提供しているお食事のエネルギー量や栄養量についてお伝えしたいと思います。施設での栄養基準は入居されている方の性別や年齢を考慮し、年度毎に見直しをしております。4月になり、また新たに基準値を見直しましたので、皆様にお知らせします。



* 栄養基準値について *

施設の栄養基準値は、厚生労働大臣が定めている「日本人の食事摂取基準」をもとに出しています。「日本人の食事摂取基準」は5年毎に新しくなり、性別や年齢別にそれぞれの基準値が示されています。

* 主な基準値について *

・エネルギー量

今年度は1日1520kcalを基準に食事を提供します。糖尿病の診断を受け、エネルギー量の制限が必要である場合等は、指示に従いましょう。

・たんぱく質

たんぱく質の基準はエネルギー量の15%～20%とされています。施設では15%を基準としています。たんぱく質は高齢者のフレイル(筋力の虚弱)予防に重要です

・食物繊維

施設では1日17.8g以上としています。食物繊維の摂取不足が生活習慣病の発症に関連します。提供している野菜だけでは摂取できない部分は、食物繊維の強化食品を一部使用し、不足分を補っています。

・塩分(ナトリウム)

1日6.8g未満としています。塩分については基本的に摂取不足の可能性は低く、過剰摂取による生活習慣病の発症や重症化を予防することが重要です。

皆様の投稿コーナー

稜線も水平線も瀬戸かすむ
風花や一齒残りし親しらす不知
引出しの一つがすねて花の冷え
さくらさくら花に埋れて眠りたし
わらび狩りそんな日もあり雨上がる
夜桜やあの世この世の境まで
手を引かれ花も団子もよかりけり
あやめ

王慈園二月に成りて桜散る
節分に巻すしを南南東
立春のメジロ夫婦が王慈園
春近しベランダに出て日を浴びる
校庭の桜並木の桜咲く
川柳
腰痛に枕高くし効果有り
妻無くし星に成ったの月に成る
由加峠



俳句・川柳・絵手紙など
あなたの作品を大募集！
どしどしご応募下さい



玄関先にお花を植えました
春が楽しみです！



令和5年



カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
田和地区 桜まつり P			喫茶あびす P	朝の体操 P		
9	10	11	12	13	14	15
	喫茶あびす P		朝の体操 P 歌声広場 P		喫茶あびす P	
16	17	18	19	20	21	22
			朝の体操 P	喫茶あびす P		朝の体操 P
23	24	25	26	27	28	29
	喫茶あびす P		朝の体操 P		喫茶あびす P	
30						

桜が満開となりました！2日は田和地区で桜まつりが開催されます。お花見弁当を食べながらお花見を楽しみましょう～