

バプテスト老人保健施設

SMILE通信

Vol.6

2022年3月号

施設のご案内

～写真でご案内します～

屋上でもリハビリが
できます！



デイケアでも
しっかり体操をします！



災害備蓄食について



施設の備蓄品

入所者さま100人分＋職員30人分×支援が届くまでの時間として3日分をご用意しています。入所者さまが安全に食事できる形態である全粥やわかめ食を基本として準備しています。飲料水、使い捨て食器もフロアに用意しています。



このようなお食事を備蓄しています！

👉 すぐに取り出せるよう療養棟に置いています！



👉 1缶で20人分です！



家庭での備蓄は「ローリングストック」がおすすめ！！



防災を意識して買っておいだのに気付いたときには期限れ・・・！なんてことはありませんか？災害時に備え普段食べているものを多めに買って期限の近いものから日常的に食べ、その分買い足す「ローリングストック」はいかがですか？

便利なロングライフ(LL)紙パック

ロングライフ紙パックとは、常温で長期保存ができる紙パックの事です(コーン、トマト、豆腐、牛乳など)。日常的に使う飲料や食品をロングライフ紙パックに替えればローリングストックとして活躍します。缶切りいらず、場所も取らず、廃棄もラクです。



災害備蓄食を使ったレシピ



う巻風玉子焼き

【材料】

さんま蒲焼缶 1/2缶
玉子 2個
サラダ油 適量
山椒粉 適量



味が濃い目の
魚の缶詰を使って、
簡単一品はいか
がですか？

【作り方】

- ①さんま蒲焼缶は開けて汁を捨てる。
- ②ボウルに①と卵を割り入れよく混ぜ合わせる。
- ③サラダ油を敷いたフライパンに2～3回に分けて流し入れ巻きながら焼く。
- ④切り分けて山椒粉を振ればできあがり！！



体操動画Part2まで配信中！

体操動画の第3弾作成中です。4月には配信予定です。
現在ホームページにて体操動画part2まで絶賛配信中!!
春は新しいことをはじめるチャンス。自宅で運動する機会を持ち、健康な毎日を過ごしましょう。



Part3を現在作成中！
体操内容は完全オリジナル！！
4月に配信予定です。
ホームページからアクセスしてね♪



認カフェぱぷトーク 開催見送りの お知らせ



令和4年2月12日(土)開催予定のぱぷトークは
新型コロナウイルス感染拡大のため開催を見送る
ことになりました。

今後も地域の皆様と交流できるような機会を企画し
たいと思いますので、次回開催のご参加をお待ちし
ています！

Thank you



体操教室

2021年12月8日(水)に京都地域支援事業花友いきいきサロンで体操教室をさせていただきました。運動の説明、足腰を鍛える体の体操や手指を使った頭の体操、体力測定を中心に行いました。最後に地域貢献委員会で作成した元気もりもり体操の紹介をしてご参加いただいた方々と笑顔溢れる充実した時間を共有することができました。また、このような機会があれば皆様とお会いできることを楽しみにしています。



清掃活動

仕伏町のバス停など、施設周辺の清掃活動を始めて3年目になります。これからも地域と密着した施設を目指して活動を続けていきます。



ギャラリーの紹介



編集後記

令和4年初めてのスマイル通信いかがでしたでしょうか。京都では南海トラフ地震が30年以内に起き、震度6弱以上の揺れが予想されています。いつ起こるかわからない地震にしっかり備えたいですね。料理もおいしそうです。簡単に調理できるのでおかずの一品、晩酌のお供にどうぞ。今年はオンラインではなく、皆様にお会いできる企画が出来ることを願っています。



ホームページを是非ご覧ください！
<https://www.jbh.or.jp>

老健内ギャラリーに作品を
展示してみませんか？
連絡先：702-5980(代)

