



TOKYO

2020→2021

サービス付き高齢者向け住宅
ディア・レスト福山 アネックス

〒720-1132 福山市駅家町倉光 150 番地 1
TEL 084-977-0055 FAX 084-977-0056
<http://www.dearrest.net/fukuyamaannex/index.html>

残暑お見舞い申し上げます。梅雨を思わせる長雨がっていますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

さて、17 日間に及ぶ全ての競技が終了し 8 月 8 日に閉幕した東京 2020 オリンピック競技大会は、コロナ感染拡大により異例の無観客開催となりました。画面に映し出されるアスリートたちの激闘、笑顔や涙は世界中を感動の渦に包みこんだ 17 日間だったと思います。東京 2020 オリンピックはメダルを超えた感動が生まれたと思います。4 つの新競技が導入されたことで、若い世代がスポーツを始めるきっかけになったのではないのでしょうか。伝統的ではない競技に対し賛否の声が上がっていましたが「新競技がオリンピックに若さを与えた、何歳であっても偉業を達成できることを証明したオリンピックです。ベストを尽くすことに年齢は関係ない」と報じた言葉に納得できました。スケートボードの 12 歳の選手から馬術の 62 歳の選手の活躍がありました。日本勢は歴代最多の 27 個の金メダルを獲得しました。勝利を手にしたアスリートたちの「嬉し泣き」は感動を呼んだ一方で、サッカー男子のチームの柱である久保健英選手の「悔し涙」には私も涙腺崩壊でしたが「この気持ちをわすれないように・・・」と前を向いた久保選手には力をもらいました。

24 日からはパラリンピックが開幕しますが、日本選手の活躍に期待したいです。

まだしばらく暑い日が続きますのでどうぞ自愛ください。

介護主任 木村真奈美

アネックス通信

92 号

令和 3 年 8 月発行



DEAR REST



アネックス

～焼肉ランチ～ 7月12日(月)

畑でとれた野菜と、美味しい牛肉の焼肉ランチでした。焼肉のたれの香りは食欲が出ますね。皆様とても美味しいと、おかわりもされ大変喜んで食べられておられました♪来年こそは、コロナが終息して以前のようなバーベキューを開催できればいいなと願うばかりです…。



例年を知らないけれど、美味しいお肉を食べられて幸せよ♪



～とろとろオムライスランチ～

7月15日(木)

・オムハヤシ ・カボチャサラダ ・アップルゼリー



可愛く盛り付け♪
いかがかしら？
美味しそうよね～!!



ふわふわトロトロの卵とルーの味が絶妙にマッチしてるわよ♪カボチャサラダもお店の味のような仕上がりね!!



野菜カレー 7/20 (火)

- ・キーマカレー
- ・マカロニサラダ
- ・福神漬け

畑でとれた新鮮な夏野菜を使ってカレーにしました！！色とりどりの食材が目にも美しく、より一層食欲をかきたてられますね！！たくさん食べて、質の良い睡眠をとり、猛暑を乗り切りましょう！！



冷やしぶっかけうどん 7/26 (火)

- ・鮭とコーンの混ぜご飯
- ・餡こずもち



暑い夏には、のどごしがいいものが食べたいですね！混ぜご飯も美味しいよ。

お好きな

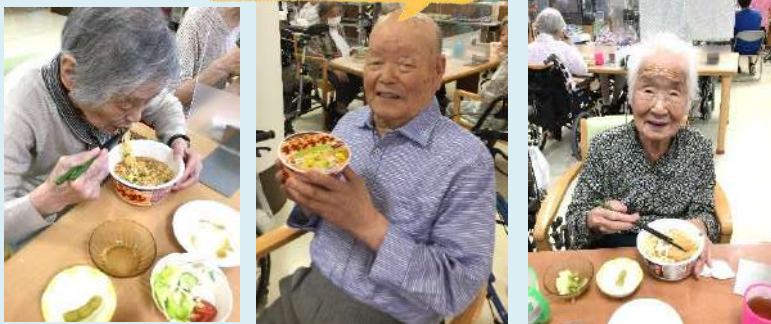
カップ麺

8/10 (火)

- ・ディアレスト産枝豆
- ・サラダ
- ・餃子
- ・フルーツ

わしは、やっぱりコレ！！
「チキンラーメン」
やめられない、とまらない☆≡

私はどん兵衛♡
揚げがジューシーで
美味しいのよねっ！！





へい、お待ち！！
大盛にしといたよ！

わーい！ってアレ？
あなた、どこかで見た
ことあるわね...？



がれわん



これが
美味しかったよ(笑)



がぶっ♡

※写真撮影時はマスクを一時的に外しています。定期的な換気、またアルコール消毒を行っております。



アネックス

カレンダー作り



作業療法



平行棒



健康体操



今月は、カレンダー作りを皆様思い思いに楽しまれながら行われ、素敵な作品を作られました☆
また、平行棒や健康体操も真剣に取り組まれ日々健やかに過ごされています。



差し入れについて

生もの、傷みの早い食品等は**食中毒の原因**になりますので、ご遠慮いただければと思います。
場合によりましては、お持ち帰り頂く場合もございますので、ご理解とご協力を宜しくお願い致します。





8月 9月 行事予定表

8月 18日 (水)	おやつ	涼菓バイキング
8月 23日 (火)	14:00~	移動売店 (中山商店様)
9月 14日 (火)	14:00~	移動売店 (中山商店様)
9月 28日 (火)	14:00~	移動売店 (中山商店様)

※移動売店につきましては、注文のみとなります。



—— ご面会について ——

ご面会は当面の間、**禁止**とさせていただきます。

◆入居者様へ渡される物品等は、事務所窓口下のベンチへ専用のカゴを用意していますので、そちらにお入れください。

(※事務員に直接渡されませんよう、ご協力を宜しくお願い致します)

◆ライン電話は引き続き行ってまいりますので、是非ご利用下さい。
【月曜日～土曜日の 10時～11時、13時～16時の間に対応させていただきます。】

◆**通話時間は、10分以内とさせていただきます。**

◆完全予約制となりますので、あらかじめ**お電話でのご予約**をお願い致します。※遠方のご家族様のみならず、近隣のご家族様も是非ライン電話をご利用ください。

皆様からのご理解とご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。

☎ (084) 977-0055

新型コロナウイルス感染症の 予防接種について

入居者様と職員は、新型コロナワクチンをほぼ接種し終えることができていますが、まだ全員ではありません。

福山市は8月1週のみで、過去最大の感染状況となっています。毎日の感染状況、異種株などワクチン接種を受けたとはいえ、まだまだ油断はできない状況です。手洗い、アルコール消毒をこまめに行うなどし、引き続きしっかりと感染対策を行なっていきます。

編集後記

立秋も過ぎ、朝夕は少しずつ過ごしやすくなりましたが、日中はまだまだ蒸し暑い日が続いています。

昔から祖母に「暑い夏には色の濃い、ツルなどでぶら下がっているような夏野菜を食べると体調を崩さないんだよ」と聞かされていました。ディア・レスト福山の畑で収穫した、ナス・胡瓜・トマト・ゴーヤ・枝豆などをイベント食やおやつに食べて頂き、汗を多くかく夏に不足しやすいカリウム・水分補給に役立ちました。また、「新鮮な野菜はおいしいね」のお声もいただきました。夏野菜にはビタミン C、E、βカロチンの 3 大抗酸化ビタミンを含んでいるので、栄養価の面でも優れています。女性スタッフからは抗酸化作用 = シミ・しわ予防なんだよ!!とも聞きました (笑) シミ・しわだけでなく、これから迎える秋に備えて栄養価の高い夏野菜をしっかり食べ残暑を乗り切りましょう。

介護副主任 奥田康佑