

創立37周年記念式典

8月1日に大口一期一会荘は創立37周年を迎えました。これも偏にこれまでご縁をいただいた入居者の皆様、ご家族、支えていただいている地域の皆様のおかげと感謝申し上げます。



式典では、施設長の挨拶と共に、長きに亘り音楽クラブ等で一期一会福祉会を支えていただいている英先生からお祝いのお言葉をいただきました。



午後からは創立記念イベントを行いました。英先生のオルガンに合わせて歌を唄ったり、盆踊りを踊ったりと、入居者の皆様の笑顔がたくさん輝いた時間となりました。

軽費老人ホーム一期一会荘

2023年

祭夏まつり

今年も暑い夏をお祭りムードで満喫して頂きました。
「乾杯！！」のかけ声は一斉に皆を笑顔にしてくれます。



カラフルな水風船釣りやスイカ割りは
毎年大人気☆声援が飛び交い甘～い
スイカは喉も心も潤してくれました♪



大ロ一期一会デイサービスセンター

☆七夕交流会☆

7月7日の七夕の日に「七夕イベント☆2023☆」を行いました
♪ 4年ぶりに幼稚園児との交流会を開催し、歌や楽器演奏の披露♪園児との交流でたくさんの笑顔、元気をもらいました！
昼食には天の川をイメージした「七夕ちらし寿司」をご提供。
おやつは「七夕スイーツバイキング」でお楽しみ頂きました。





看護師より



いつまでも健康的な生活を送れるように生活習慣を見直してみませんか？

生活習慣改善10ヶ条

- ①適度な運動を毎日続ける
日頃の運動を10分多く体を動かしてみましよう。
- ②禁煙
煙の害は喫煙者のみでなく、周りの方にも及びます。
- ③塩分は控えめに
1日の塩分：男性7.5g未満 女性6.5g未満
高血圧や動脈硬化を予防する為、塩分控えめの食事を心がけましよう。
- ④脂っぽい食事は避ける
- ⑤主菜は“肉より魚”を心がける
魚に含まれる油には、コレステロール値を低下させる働きがあります。
- ⑥野菜をたっぷりとり
- ⑦お酒はほどほどに
- ⑧毎食後歯を磨きましよう
- ⑨自分に合った方法でストレス解消
- ⑩規則正しい睡眠で十分な休養を
睡眠には、疲れた身体をリラックスさせ、疲労を回復させる効果があります。



栄養士より

間食のすすめ。

「間食」と聞いてどのようなイメージを持たれますか？

おやつ、太る、本当は食べてはいけないと思っている方も多いのではないのでしょうか？

実はこの「間食」毎日規則正しく3食食えることが難しい働き盛りの世代にとっても、1度に多くは食べられなくなってきたシニア世代にとっても効率の良い食べ方となっています。大切なことは「1日3食」ではなく「1日に食べる総量を変えない」事。

「夜遅く食べてはいけない」「欠食してはいけない」……。こういったルールにとらわれている方も多いかもしれません。

しかし、ライフスタイルは人それぞれ。

「間食」をうまく取り入れてもっと自由に「食べる事」を楽しんでみませんか？

もっと知りたい！と思ったら栄養士までお声かけ下さい。



ご利用情報

2023年
8月1日現在

軽費老人ホーム一期一会荘
満室（入居待機者 2名）
比較のご案内しやすい状況です。

☎ (0587) 95-3118

大口一期一会デイサービスセンター 曜日別空き状況のお知らせ

月	火	水	木	金	土
△	○	○	○	◎	○

見学・体験など随時お受けしております！

☎ (0587) 95-7788

お気軽にお問い合わせください！

ケアプランセンターより



暮らしの変化は早めに相談を。

年齢と共に、暮らしの中で面倒に感じたり、大変に感じてしまうことは増えていませんか？

例えば、外に出かけること、食事の準備をすること、お風呂に入ること、買い物に行くこと、お友達と会うこと、おしゃれをすること、などなど。少し前までは、何も考えずにできていたのに・・・と思うこともあるかもしれません。

そんな時は、まずは大口町役場長寿ふくし課や、大口町地域包括支援センターにご相談ください。相談の上、介護認定を受けられた方については、私たちケアマネジャーがご自宅を訪問し、この先の暮らしを少しでも前向きに、豊かに過ごせるよう、介護保険サービスやその他の資源について紹介・調整させていきます。

まずはお気軽にご相談下さい。

☎ (0587) 95-7277



社会福祉法人 一期一会福祉会

大口一期一会荘

〒480-0137愛知県丹羽郡大口町大屋敷三丁目207番地

Tel : (0587) 95-3118 (代) Fax : (0587) 95-0887

E-mail : oguchi@ichigoichie.or.jp ホームページ : <https://www.ichigoichie.or.jp/>

フォロワー募集中！



Instagram
更新中！

oguchiichigoichie0801