



青い宙から

令和元年9月号（第59号）

デイサービス青い宙便り
令和元年9月1日発行
発行者 (株)ベイシス デイサービス青い宙
発行責任者 石田 京子
<http://www.aoisora-ds.jp>



じめじめとした天気が続いていますね。

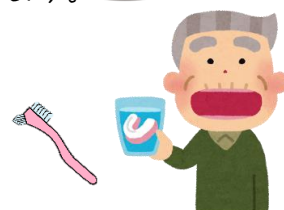
こんな時期は、歯ブラシにも注意が必要です。

きれいに磨いたはずのお口の中を、カビや雑菌が逆に汚してしまっている事があります。

そろそろ毛が広がってきたかな…と感じたら歯ブラシの交換をおすすめします。

青い宙のご利用者様、ご家族の皆様には、いま一度ご持参の歯ブラシをご確認頂けますようお願い申し上げます。

尚、入れ歯には入れ歯用の歯磨き粉やブラシで磨くのが入れ歯を長持ちさせ、お口の中を清潔に保つのに効果的です。是非ご検討下さい。



青宙レストラン

やさしい甘さ♡ ～鶏肉とさつま芋の塩煮～

老化予防と便秘解消に最適とされるさつま芋の栄養成分は、皮ごと食べる事で効率よく摂取できます。さらに、さつま芋の皮には、酵素が含まれていて、消化がよくなる事でお腹にガスがたまりにくいとも言われています。

とってもやさしい味です♡ぜひ、作ってみて下さい。



材料

- ・鶏もも肉 250g
- ・さつま芋 小2本
- ・みりん 大さじ1
- ・醤油 小さじ1
- ・塩 小さじ1/2

作り方

- ① さつま芋は皮付きのまま1～1.5cmの輪切りにし、よく抜きをしておく。
- ② 鶏肉は食べやすい大きさに。
- ③ 鍋にさつま芋と鶏肉を入れ、浸る量の水を入れ、灰汁をとったら、調味料を全部入れる。
- ④ 10分ほど煮てさつま芋が柔らかくなったら完成☆



今月の笑顔

【思い叶え隊】出動!!

日々の生活の活性化と目標に合わせた屋外活動の取り組み

お一人お一人のご希望をお伺いすると共に、ケアプランに沿った機能訓練の一助とさせていただきます。

O・K様の思い「海が見たい!!」



今回は、O・K様の思い「海が行きたい!!」ということで、近くの水門広場へ行ってきました。連日の雨のせいで雲が多いお天気でしたが、海の景色を楽しんで頂けました。記念碑を熱心に読まれたり、ご主人様との思い出を大笑いしながらお話して下さい、良い気分転換になりましたね♪屋外歩行訓練もでき、大変喜ばれました♡

9月のイベント



お誕生会
2日 14時～

デイサービス青い宙 ～空き状況～

月	火	水	木	金	土	日
○ 5名 空き有	△ 2名 空き有	○ 5名 空き有	△ 2名 空き有	△ 2名 空き有	ご相談 下さい	定休日
定 員		月～金 25名 土 20名				
サービス提供時間		8:30～16:40 / 9:30～15:45				
休 業 日		日曜・年末年始(12月30日～1月3日)				



青い宙ってどんな所?
私に合うかしら?
職員はどんな人たち?

1日体験利用大歓迎♪
お食事&コーヒー付 500円