

デイサービスゆうばえ通信

令和8年1月30日発行

「ゆうばえのご飯はおいしい〜！」と、皆さん言ってくれます。

午前中に入浴やリハビリ、午後は各種体操などと体を動かす事が多いため、昼食をしっかり摂る事はとても大事です。その日のメニューにもよりますが、だいたい、エネルギー：500 kcal、タンパク質：20 g、脂質：10 g、塩分 3 g で提供されています。また、アレルギーや好き嫌いなどへの対応、一口大、刻み食、ミキサー食など、お一人お一人の状況に合わせた食事が提供されています。「普段はお粥だけど、お赤飯や炊き込みご飯の時はそちらで…」という方も結構いらっしゃいます。お気軽にお声かけください。

高齢者の食事の意義は大きく下記の3つです。

- ・ 楽しみ、生きがい、社会参加につながる
- ・ 食べることで生活のリズムや季節感を感じることができる
- ・ 元気で生活するために必要な栄養素を身体にとり入れる



今日のメインはぶり大根



ある日の昼食のご様子



刻み食

令和 8 年 今年もよろしくお願いいたします。



家族の健康を祈る方たち



今年も護国神社に初詣



今年もまた、共同作業ですばらしいのができました！！



1/27、フラダンスを楽しみました！

〒950-2172

新潟市西区内野上新町

11810 番地 3

TEL : (025)264-5777

FAX : (025)261-4430

デイサービスセンター

ゆうばえ

管理者 : 井口

相談員 : 伊藤・竹内