



デイケア通信 NO.1

2019年12月発行

ほほえみ おもいやり いたわり

特定医療法人社団 三医会
とнами三輪病院

〒939-1431 富山県砺波市頼成605

TEL0763-37-1000
FAX0763-37-0800

11月の行事報告

握り寿司会食

11月22日(金)



ブリ、まぐろ、甘海老、
サーモン、玉子、アナ
ゴ、細巻♪

皆さん、笑顔で
召し上がられました。



つかみ取り大会 11月29日(金)



たくさん、
取れま
したか？

お菓子のつかみ取り
ゲーム♪



～低栄養を防ぎましょう～

高齢期になると、わずかなきっかけにより低栄養に陥りやすくなります。
低栄養は、たんぱく質やエネルギーが欠乏した状態のことです。
筋肉や内臓などの働きが衰えて、毎日を活動的に過ごせなくなったり、
免疫力が低下しインフルエンザ等の感染症などにもかかりやすくなります。
また病気の回復力が遅くなり薬も効きにくくなるなどの問題が生じます。

～低栄養を防ぐ食生活のポイント～

1. 3食しっかり食べる
2. 食事の時間を規則正しくする
3. 毎食、主食・主菜をしっかり食べる
4. 牛乳・乳製品を毎日取る
5. 噛む力・飲み込みにあった食べ方をしましょう



壁面製作

(管理栄養士・古野)

12月の行事案内

19日(木)お弁当の日

24日(火)クリスマス会

25日(水)鍋パーティー

27日(金)カフェの日

28日(土)年忘れ会

若干、空きがありますので、利用希望の方は、担当ケアマネジャー、または相談員・高田までご相談下さい。

壁面製作は
利用者様と
作りました



壁面製作