



花 檀 だ よ り



令和7年 4月 第292号

暖かい日が続くようになり、ようやく春の到来です。この春もイベントが沢山開催されます。特に関西で注目されるのが『大阪・関西万博』です。テーマが「いのち輝く未来社会のデザイン」、各国のパビリオンや最新技術の展示が注目されています。大阪での万博といえば、1970年の『大阪万博』を思い出す方も多いでしょう。当時は「人類の進化と調和」を掲げ、太陽の塔や月の石の展示が話題になりました。今回の万博も、未来に向けた驚きがたくさん詰まってそうですね。春の陽気とともに、新しい時代へのワクワクを感じながら過ごしていきましょう。

イ ベ ント 紹 介

【1階 デイケア】 3/23(日)の日曜デイでは“押し花制作”を



行いました。写真立てに好きな花を選んで貼る作業では特に花のシールをはがすのが大変そうでした。「ここに貼ろう！」
「あなたの綺麗やね。」と会話しながら最後まで一生懸命取り組んでおられました。完成した素敵な作品は、ご自宅に飾って



頂けたらと思います。【昼食】“梅うどん御膳”をご用意しました。少しすっぱいようでしたが、海老の天ぷらが入っていたので「うどんのすっぱさで、天ぷらがサッパリ食べられるわ。」と喜んで頂きました。おやつ“ロールケーキ”も「可愛い！」と昼食、おやつ共に満足して頂くことが出来ました。

【2階・3階フロア】

3/22(土)にお誕生日会を行いました。今回も毎月恒例のお誕生日カードをお渡しすると、笑顔で受け取って頂きました。また、全員に誕生日ケーキもご用意しましたが、特に3月生まれの方々は「写真付きの誕生日カードやな。」「写真、綺麗に撮れてるね。」「この上についているイチゴ美味しい。」等お話され、嬉しそうなお様子で、お誕生日会を楽しんでおられました。入所中は、ストレスも貯まりやすいかと思います。甘いものにはストレス緩和の効果があることから、毎月の誕生日ケーキで少しでも心の安定に繋がればと思います。



〒634-0828 奈良県橿原市古川町 395-1

介護老人保健施設 花檀

TEL:0744-26-1371 FAX:0744-26-1372

【各サービス】 入所療養介護100床(ショートステイを含む) 通所リハビリテーション50



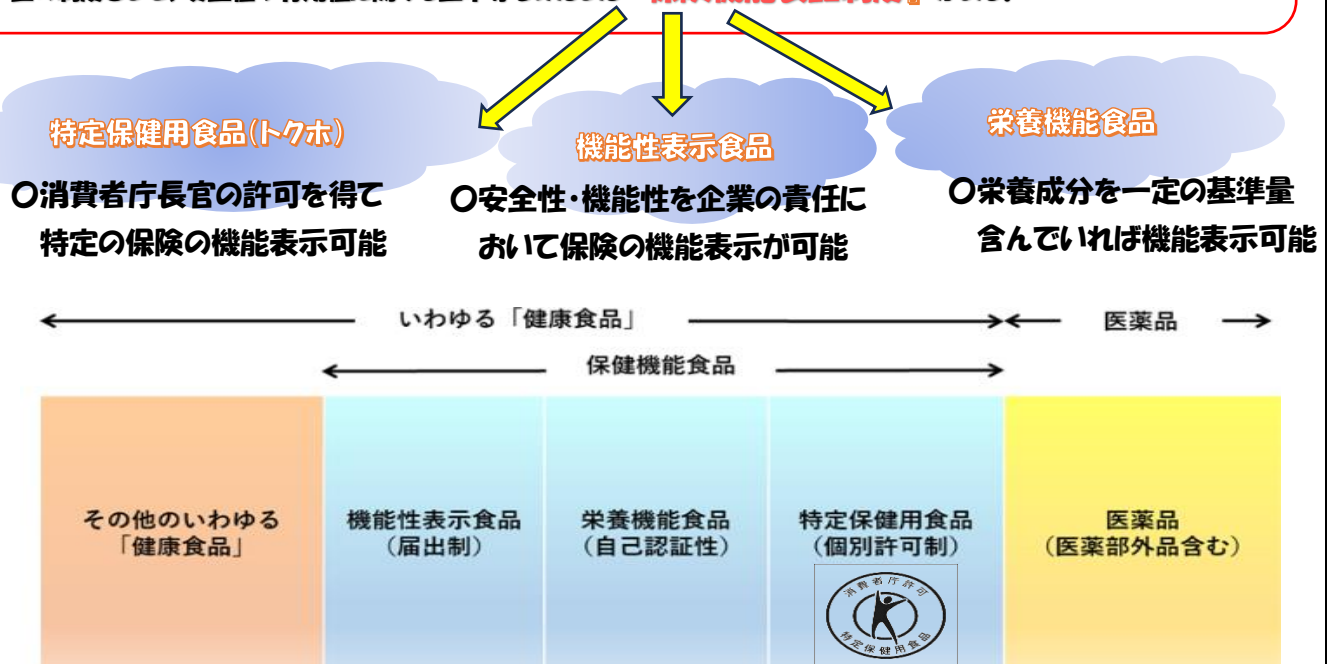
健康食品について



最近健康に気を付けて食事をする人が多くなっています。中でも簡単に栄養を摂取できると、食品に分類される錠剤やカプセルなど、いわゆる健康食品が注目されています。しかしその中には安全性や有効性が確認されていない商品も存在します。今回は健康食品を選ぶ際に知っておくべきことについてご紹介します。

健康食品とは？

- ・法律上の定義なし。
- ・医薬品以外で健康の維持・増進に役立つことを目的とした食品全般
- ・国の制度として、安全性や有効性に関する基準等をみたした『**保険機能食品制度**』がある。



健康食品の利用について

健康維持の基本は「**栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な休養**」です。理解していただきたいのは、**健康食品を使えば健康になるというわけではない**ということです。その利用目的、方法、摂取量を配慮しなければ、その効果を期待することはできません。**健康食品は、あくまでも補助的な食品の一つ**であると考え、上手に利用するようにして下さい。また、**自己判断での医薬品との併用は避け、必ず医師・薬剤師などの専門家に相談するようにしましょう。**

参考：消費者庁 HP 厚生労働省 HP

暦・行事予定

4月21日 散髪日(入所者様)
4月29日 昭和の日
5月4日 みどりの日

4月26日 お誕生日(入所者様)
5月3日 憲法記念日
5月5日 子供の日

