

わくわく、いきいき、明日への好奇心。

ローズライフ

Vol.35

2019.春夏号

Index

特集 旬の美味しき、召し上がれ

いきいきライフ
おでかけトピックス



ローズライフくずは

常に介護を必要とされる方に・・・



「昼食付きホーム見学会」
5/26(日)、6/8(土)、6/23(日)、7/13(土)
12時30分～

大阪府枚方市楠葉朝日1丁目2-5
☎ 0120-877-602
<https://www.roselife.jp/kuzuha/>



ローズライフ高の原

自立した生活をお過ごしの方へ



「昼食付きホーム見学会」
6/16(日)、7/20(土)、8/18(日)
11時～

京都府木津川市相楽台9丁目1番地5
☎ 0120-716-602
<https://www.roselife.jp/takanohara/>



ローズライフ京都

常に介護を必要とされる方に・・・



「ホーム見学会」※午前の部は昼食付き
5/25(土)、6/9(日)、6/22(土)、7/14(日)
10時30分～/14時30分～

京都市中京区壬生東高田町1番23
☎ 0120-381-602
<https://www.roselife.jp/kyoto/>



「見学会」は随時受付しております。お問い合わせください。

よくある質問

Q 看護体制は
どのようにされていますか？

看護職員が24時間常駐し、協力医療機関と連携して日常の健康管理、緊急時対応を行います。ご入居者の状況に合わせて最期まで寄り添いながら必要とされるケアをさせていただきます。

Q 入居条件はありますか？

認知症や要介護状態が重度の場合も、その方らしい生活ができるよう、大切にお世話させていただきます。施設によって条件は異なります。

くずは

入居時に要支援・要介護認定を受けておられる方が対象となります。

高の原

ご入居時に自立の方、または要介護認定で要支援の方でも日常生活が充分可能な方が対象となります。要介護の方もご相談ください。要介護状態になられても居室を住替えてより手厚い介護体制の中で暮らしていただくことができます。

京都

入居時に要介護認定を受けておられる方が対象となります。

旬の

美味しさ、 召し上がれ

四季折々の食材を 味わいながら健康の維持も

旬の食材が食卓に並びたばに、季節ごとの味わいが体中にひろがります。「旬」とは、魚や野菜、果物などが一年でもっとも美味しく、栄養価も高くなる時期のことをいいます。なにより、旬の食材は市場にたくさん出回ること、値段も安価になりやすく「出盛り期」ともいわれます。

「医食同源」の教えとおりは健康の基本で、「旬のもの」と呼ばれる食べ物には、夏場は体を冷やしてくれ、冬なら温めてくれるように、身体の調和にうまく働きかけてくれるものがたくさんあります。野菜やキノコなどの副菜と、肉や魚と卵の主菜を組み合わせるだけで、身体が求める栄養素がまんべんなく行きわたります。

食べたいものを何となく口にするのはなく、今が美味しい「旬のもの」を味わってみませんか。



ローズライフ各施設では、季節を感じていただけるお食事を提供しています。見学会当日は、その日の昼食をご用意させていただきます。



春の献立

（ローズライフ高の原昼食）
さくらちらし寿司
いくら、干しいたけ、
黒豆、人参、錦糸たまご、
高野豆腐、れんこん、
かまぼこ、きぬぎや、
刻みのり、しょうが
空也蒸し
絹豆腐卵、
赤かまぼこ、みつば
赤だし

カットわかめ、青ねぎ
もやしの
粒マスタード和え
太もやし、きゅうり



春

二月～四月の旬の野菜といえ

ば、キャベツ・みつば・旬（たけのこ）・たらの芽菜の花・ふきなど。

寒い冬を耐えてきた春野菜には、強い香りとともに独特の苦味があります。植物性アルカロイドという菜の花やフキノトウ、たらの芽、ニラなどの苦味は、腎臓の血液をサラサラにして気持ちを落ちつかせてくれる効果が

夏

五月～七月の旬の野菜は、えだ

豆・きぬぎや・かぼちゃ・きゅうり・トマト・なす・ピーマンなど。

夏野菜は不足しがちな栄養を補う水分と、カリウムが多く含まれています。体を冷やし、むくみをとる、暑さで弱った胃を刺激し、消化を助け、利尿をうな



ローズライフ高の原メインダイニング

がす働きがあります。鮮やかな色はビタミンカラーと呼ばれています。

監修 医療ジャーナリスト 清原邦雄

ローズライフ
スタッフインタビュー

いきいき ライフ

「どんなに忙しくても旅行に行く」「孫の笑顔を見に行くのが一番」とおっしゃる明るい笑顔の川瀬さんにお話を伺いました。

ローズライフ京都に勤務して、もうすぐ4年になります。ここは、スタッフが同じ目標に向かっていて、チームワークもよく、業務の中で日々研鑽を積むことができます。

ご入居者といっしょにラジオ体操をし、同じ食事を頂いたりしている

と、言葉にされない要望を感じ取れるようになり、少しのことでもご家族に報告できるようになりました。

ご入居者との接し方に戸惑うスタートには、「もしあなたのお母さんだったらどうする？」と問いかけ、どのように寄り添ってあげればよいかを考えるようにしています。やはりご入居者を好きでないとうまくコミュニケーションが取れません。接していくことで愛情も湧いてきます。そうするとご入居者も私たちに心を開いて、信頼して頂けるようになると思います。

私自身も、他のご入居者やスタッフと距離をおく方の担当になったときがありました。色々悩みましたが、あ

りのままの私を見て頂くしかないと思ひ、接し続けました。そうすると、だんだんと心を開いて頂けるようになり、先日のアンケートでは信頼できる職員はいますか？という問いに「川瀬さんの名前を書いておいて」と言われ、本当に涙が出るほどうれしかったです。とてもやりがいを感じた瞬間でした。



ローズライフ京都
川瀬 真由美さん

おでかけ トピックス

4月1日、ローズライフ高の原からバスで大阪城へ。内堀を水上バスで周遊しながら見頃の桜をゆっくり楽しみました。お昼は、大阪城が一望できるホテルの高層階で鉄板焼きランチ。お腹も心も満たされた一日になりました。

