



# ふれあいの森 介護ショップ

令和 元年8月

【営業時間】 9:00~18:00

【定休日】 日/祝祭日

【電話番号】 0224-61-0721

残暑お見舞い申し上げます。やっとあの猛暑から嘘のように秋を感じる今日この頃です。それでも高齢者の熱中症の話題が絶えません。どうか皆さんも水分補給をしっかりと行い、熱中症等にかからないように充分心掛けて頂きたいと思えます。

『ふれあいの森』では水分補給等を行える商品を取り揃えておりますので、お気軽に相談にお越し下さい。



三由まき子様作

## 栄養補給・水分補給食

### エンジョイゼリー(栄養補助)



### ★こんな方におすすめ★

- ・むせやすく食べる量が減った方
- ・バランス良く栄養を摂りたい方
- ・流動食からおも湯、お粥、常食に移行する際

少ない量で、高エネルギーを摂ることができる、大人気のゼリーです。1パック220gで300kcal。10種類の味で、楽しくおいしく栄養補給ができます。



### 水分補給ゼリー

嚥下困難な高齢者の水分補給をサポートする介護用水分補給ゼリーです。



1本 ¥247(税込)

※ふれあいの森にて販売しております。

1本 ¥130(税込)

## 栄養士 ミサ のおすすめレシピ

今月は、最近目にする事が多くなった野菜「ズッキーニ」の紹介をします。きゅうりのような見た目ですが、実はかぼちゃの仲間に分けられ、天ぷらや煮込み料理、みそ汁、薄く切ると浅漬けなど生でも食べることができます。ビタミンCや食物繊維、摂りすぎた塩分を体の外に排出する働きがあるカリウムも含んでいます。太さが均一で表面にツヤがあるものを選びましょう。

### 【材料 3人分】

### ズッキーニのツナマヨ焼

- ・ズッキーニ 2本
- ・ツナ缶 1缶
- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・溶けるチーズ 4枚
- ・黒コショウ 少々

### 作り方

- ①ズッキーニを縦半分、横半分に切り、スプーンで中身を少しくりぬぎ、また置いた時に安定しやすいよう裏側の皮をむく。
- ②ツナ缶とマヨネーズ、くりぬいた中身を混ぜ、①の上に乗せる。この上に半分にカットしたチーズをのせ、黒コショウをする。
- ③アルミホイルを敷き、あらかじめ温めておいたトースターに並べて7分程度焼く。(焼き時間は温度や好みに合わせて調整する)



# ◆ふれあいの森で取り扱っている靴の紹介

紫                      グレー                      茶                      紺



オープンマジックⅢ 3E~7E

- サイズ S~5L
- カラー 紫・グレー・茶・紺

税込 6,048円~



グレーのみ

**ポイント 1** NEW

マジックテープを従来よりも柔らかく耐久性を高く改良しました!

**ポイント 2** NEW

屈曲性と耐久性を高めたグリップ性のある靴底に改良しました。

**ポイント 3** NEW

内側がメッシュ素材で快適性アップ!



ダブルマジックⅡ雅 3E~9E

- サイズ S~3L
- カラー 全4色

税込 6,480円~



快歩主義 L011 3E

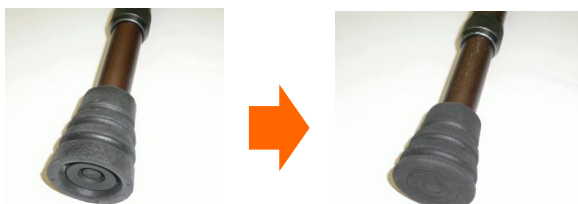
- サイズ 21.5~25.0cm
- カラー 全18色

税込 6,372円~



## 杖の先ゴムがすり減っていませんか？

下の右側の写真の先ゴムは使い古して裏の溝が磨り減っている状態です。こうなっていると、それだけ地面との接地面が小さくなり滑りやすく転倒の原因にもなり大変危険です。安全にお使い頂けるようにお出掛け前に先ゴムのチェックをしてみてください。ふれあいの森では、先ゴムの交換も行っておりますのでぜひお気軽にお立ち寄りください。



新しいゴム

古いゴム



ゴムチップ交換



1個 ¥378 (税込)~