

さんぽ

春の温かい日差し、色鮮やかなお花、初夏のさわやかな風、新緑の草花の香り。四季の移り変わりを発見して、みんなの瞳はキラキラ輝き、いろいろな表情を見せてくれました。



活動風景

ひな祭り、スヌーズレン、いちご狩りなどを楽しみました。



栄養部より

栄養コラム 骨🦴ビタミンDについて🦴

こんにちは！ 栄養部では 管理栄養士 1 名、パートさん 3 名で みんなのご飯を準備しています。

市販の経管栄養剤を使っており、一人一人に合った栄養量・形態などを考えて、いろいろな栄養剤を導入しています。

また、ミキサー食の胃ろう注入も行っています。おせちやひな祭りなど季節に合わせた特別メニューもご用意しています。

ビタミンDはカルシウムの相棒。骨を健康に保つためには、カルシウムだけでなく ビタミンD も欠かせません！

ビタミンDは日光を浴びると体の中でつくられます。カリヨンの杜でも、病棟スタッフが積極的に日光浴をしています☀

みなさんも、梅雨時は日照が少ない分、食事からもしっかりビタミンDを摂ってくださいね。

ビタミンDは魚やきのこなどに多く含まれます☺

