



のどか Vol.26
Communication 8月号

非営利型一般社団法人 のどか
〒410-0054
静岡県沼津市北高島町21-42 くまたかビル3階
TEL 055-946-5546 FAX 055-946-5547

のどか トピックス

アイズ
介護用品より

第4回

福 祉 用 具

夏休みの自由研究に！
お気軽にお問い合わせください。

笑 会

を開催いたします！

見て 
触れて 
試せる！



当日は、速度制御付き歩行器や次世代歩行車など、
その他色々な歩行器を展示して、お待ちしております。

入場無料

日 時 8月23日（土曜日）13:00~16:00

場 所 高島本町西自治会館

住所：沼津市高島本町2 ※車で御来場の方は駐車場がない為、最寄りの駐車場に車を停めて御来場してください。

「笑会」とは・・・

介護を必要とする環境を、介護保険を利用し整えることで
負担を抑え「笑顔」を無くすことなく
安心できる環境を「紹介」できる「会」という思いを込めてつけました。
1人でも多くの方に福祉用具を知って頂き、
そしてそこに潜む危険も事前に把握することにより、
よりよい安心した環境を提供できるよう努めています。



会場外観



（お問い合わせ）
一般社団法人のどか アイズ介護用品

〒410-0055
静岡県沼津市高島本町3-18 マルスン沼津ビル1階
TEL：055-926-1235 FAX：055-926-1236
Mail:aizu@nodoca.or.jp

※この活動は営利目的ではなく、地域活動のため、当日の購入等に関するご質問、ご依頼はご遠慮させていただきますので、あらかじめご了承願います。

のどか写真館

のどかの家 津から
のどかの家 熱海

のどかの家 津

7月5日



のどかの家 津に
駄菓子屋さんが!



恒例! 原東小学校の
生徒さんの体験学習。

7月25日



ひょうたんが届きました★
奇麗に着飾り、を閉へ…(*^_^*)



のどかの家 熱海

7月7日



みんなで歌を
歌って楽しみました★

7月23日

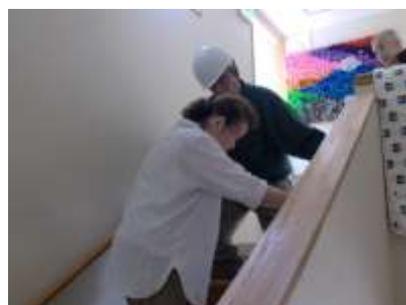


避難訓練を行いました。

7月27日



伊豆海の郷さんのお祭りへお出掛け(^v^)





のどか8月&9月カレンダー



8

のどかの家沼津
1日(金)~4日(月) 教職員10年目研修
の受け入れ



13日(水)

のどかの家熱海
かき氷パーティー



1日(金)

のどかの家沼津
田沢医院 訪問診療

21日(木)

のどかの家熱海
皮膚科 訪問診療

2日(土)

のどかの家熱海
誕生会

22日(金)

のどかの家沼津
運営推進会議

3日(日)

のどかの家沼津
おいとん会

月1回/各自

のどかの家沼津
田沢医院 訪問診療

7日(木)

のどかの家熱海
湯河原ホームクリニック 訪問診療

毎週 月・金曜日

のどかの家熱海
訪問マッサージ
隔週水曜日 読み聞かせと歌

9

のどかの家沼津
月1回/各自 田沢医院 訪問診療
15日(金) 敬老会
9月未定 訪問美容室

のどかの家熱海

月1回/各自 湯河原ホームクリニック 訪問診療
精神科 訪問診療
皮膚科 訪問診療
毎週 月・金曜日 訪問マッサージ
15日(金) 敬老会&お誕生日会
9月上旬 おはぎ作り
26日(金) 運営推進会議
9月未定 訪問美容室

空室のお知らせ

グループホーム
のどかの家熱海



お問い合わせは下記まで
0465-43-9564
管理者 松根

〒413-0001 静岡県熱海市泉415-169
TEL 0465-43-9564 FAX 0465-63-3202

空室あり

グループホーム
のどかの家沼津



お問い合わせは下記まで
055-968-7588
管理者 進士

〒410-0306 静岡県沼津市大塚1127-3
TEL 055-968-7588 FAX 055-968-7588

空室あり

入居時費用の価格が下がりました。
是非1度施設見学へ!
一人一人に合わせた介護を
心がけています。



元気で明るく
楽しい職員ばかりです(●^o^●)
ぜひ一度、施設見学に
いらしてください!
イベント時の施設見学がオススメです!





暑い時期が到来しましたね。冷やしたビールをグイッと、という方も多いのではないのでしょうか。最近はビールの種類も豊富ですね。今回はビールについて紹介いたします。

ビールの種類と栄養成分

商品によってバラツキはありますが
おおよその数値を記載します。

	アルコール度数 (%)	糖質 (g)	プリン体 (mg)	エネルギー (kcal)
一般的なビール	5.0	10~12	20~30	140~150
糖質オフ	4.0~5.0	3~5	8~9	100~120
糖質ゼロ	3.0~4.0	0	7~14	60~80
ノンアルコール	0.0	0~15	0~4	0~60

ビールの原料について

ビールの原料は麦芽、ホップ、水、酵母の他に副原料（麦・米・コーン・ばれいしょ・スターチ・糖類・カラメル色素）などからできています。



ホップって何？



ホップはアサ科の宿根性多年生植物で、雄株と雌株が別々になっており、ビールに使われるのは球花（きゅうか）と呼ばれる雌株の花です。ビール以外にはほとんど用途はありません。

ホップの成分は、ビールの苦味と爽快な香り生み、ビールの泡立ちを良くします。過剰なタンパク質を沈殿させるので、ビールの濁りを取り除く作用もあります。



ビールが大量に飲める理由

ビールは大量に飲めても水は同じ量飲めないのは吸収のされ方が違うから。ビールは胃袋に入った段階で吸収が始まり、大腸・小腸でもかなり急速に吸収されてしまいます。一方、水は、小腸から大腸を通る時に腸壁から少しずつしか吸収されません。更に、二酸化炭素や糖分を含んでいる為に、吸収分解作用があり、それと利尿作用が関係して多く摂取できるようになっているのです。

ビールを飲むと食欲が増すのは？

ビール特有の炭酸ガスや苦みのあるホップ成分が胃壁を刺激することにより、食欲増進効果があると言われています。また、アルコールにも同様の作用があります。

飲食時にたんぱく質摂取が必要な理由は？

アルコールを無害化する酵素はたんぱく質でできています。飲酒すればするほど酵素はなくなっていくため、良質なたんぱく質を摂取して補う必要があります。また、肝臓自体の修復にも必要となります。低脂肪かつ高タンパク質食品を選ぶようにしましょう。

例 冷奴・刺身・枝豆・焼き魚・しゃぶしゃぶ・シジミ・あさり・イカ・たこなど



お酒のアルコールは肝臓で代謝されるため、毎日飲むことは肝臓に負担をかけてしまいます。週に2日はお酒を飲まない日を設けて、肝臓を休ませてあげましょう！



のどかのお知らせ

のどかから 8月のお知らせ

のどかの家熱海より お知らせ



空室があります!

1階と2階、それぞれ1室ずつ空室がございます。
両お部屋ともに、フロアの目の前のお部屋なので、
職員の目がよく行き届きます。

のどかの家沼津よりお知らせ



空室があります!

1部屋空室がございます。のどかの家沼津は、
お客様大歓迎です。いつでもお立ち寄りください。

のどか居宅よりお知らせ

当事業所は、非営利型の一般社団法人が運営する事業所で、併設された介護サービス事業所がございません。
住み慣れた街で、ご利用者様ご自身が自ら介護サービス事業所の選択をしていただけます。
また、小規模な事業所ですので、より迅速な対応が可能となります。

介護保険の新規申請や、
ご自宅での介護の悩みなど
何でもご相談ください!

アイズ介護用品より お知らせ

今月のオススメはコチラ!!

セーフティーアーム ロレータSSタイプ グリーン



- ・全幅48cmと超幅狭。
- ・家庭内、小柄な方、円背の方にもオススメ!
- ・小物を運べるドリンクホルダー付トレイ(取外し可)
- ・大型カゴ付(取外し可)が
座面下に付いて取り回しもスムーズ。

介護保険レンタル価格

¥200

055-926-1235 ※詳しくはお問い合わせください。

編集後記

皆さま、こんにちは! 梅雨が明け、あつ~い日が続きますね(+_+)昔はこんなに暑くなかったよなあ...と日々思っていたんですが...。確かに年々気温は徐々に上がっているみたいですね。2001年から2010年までの10年間の地球の気温は、過去1000年の中で最も暖かい10年だったようです。日本では様々な暑さ対策グッズも売られています。世界には、50℃を超える気温を記録している場所もあるようです。想像を絶する暑さ...。あつ~い国の暑さ対策は何か特別なことをしているのかな? と思いきや、あまり日本と変わらない。しかし、始業7時・終業14時など早めるなどの対策は取っているようです(^v^)(橙)

非営利型一般社団法人 のどか

のどか事務局

〒410-0054
静岡県沼津市北高島町21-42 くまたかビル3階
TEL 055-946-5546 FAX 055-946-5547

地域密着型施設

グループホーム
のどかの家沼津

〒410-0306 静岡県沼津市大塚1127-3
TEL 055-968-7588 FAX 055-968-7588

グループホーム
のどかの家熱海

〒413-0001 静岡県熱海市泉415-169
TEL 0465-43-9564 FAX 0465-63-3202

事業所

福祉用具販売・貸与
アイズ介護用品

〒410-0055 静岡県沼津市高島本町3-18
TEL 055-926-1235 FAX 055-926-1236

のどか
居宅介護支援事業所

〒416-0945 静岡県富士市宮島851-1 グレースA・1102
TEL 0545-32-7241 FAX 0545-32-7343