



# ケアサポート志保 いほっこいだよ

株式会社 志保  
富士宮市野中1044-3  
Tel.0544-22-0166  
Fax.0544-66-4722

8月号  
R6.7.17発行

ケアサポート志保がテレビ放送されました！



ケアサポート志保は、富士宮市に3年前にオープンし、医療的ケアに特化した24時間体制のグループホームです。会長は全身の筋肉が徐々に痩せ、力がなくなっていく難病、ALSの罹患者でもあります。

この病気を発症すると、やがて人工呼吸器をつける選択を迫られます。しかし24時間の介護が必要になることなどから、家族への負担を考慮して、つける選択をする人はわずか2～3割。生きることが諦めてしまう人を減らしたい、との思いからグループホーム ケアサポート志保を立ち上げ、施設の代表を務めながら入居されている方を励まし続けています。

これまでも、何度かテレビで取り上げていただいておりますが、7月8日に「笑って生きる一生」と題して、ケアサポート志保がSBSスペシャルで紹介されました。

今回の放送を通じて、現在入居されている方々の生活風景や、どのような思いでこの施設を立ち上げたかを皆様にご覧いただき、大変嬉しく思います。

今後ともケアサポート志保をよろしくお願い申し上げます。



暑い日々が続いています。災害級の暑さと言われていることもあり、日々の暮らしの中でも命を守って行く為には、工夫が必要になります(水分補給を心がける、日中は涼しい所で過ごす等)。

1日の必要な水分量は体重×40mlです。(例) 50(kg)×40(ml)=2000ml  
起床時・食事中・入浴前・就寝前に加えて、1時間半～2時間おきに水を飲むことをおすすめします。  
1回あたり、コップ1杯(200mL)が目安です。



## グループホーム 空室情報(発行日現在)

空き **1** 部屋



現在、問い合わせが多く満室になってしまう可能性があります。空室状況はお電話にてお問い合わせ下さい。

☎ 0544-22-0166

## 訪問介護 空き時間

(医療的ケアが必要な方の訪問もできます)

	月	火	水	木	金
9時台	X	X	0	X	X
10時台	X	0	0	X	△
11時台	X	0	0	X	0
12時台	X	0	0	X	0
13時台	X	0	0	X	0
14時台	△	0	0	△	△
15時台	0	0	0	0	0
16時台	△	△	0	△	X

0:空き有 △:空き少 X:空き無

## 8月の旬の食材



8月が旬の食べ物には、みずみずしい野菜やジューシーな果物をはじめ、疲労回復効果が期待できる食材が豊富にあります。夏バテで食欲が落ちやすい時期ですが、旬の食材を食べて、夏を乗り切るための栄養を補いましょう。

野菜:パプリカ、とうもろこし、スイカ

海鮮:カマス、イカ、ホタテ

果物:メロン、ぶどう、なし



今月の1品

### おくらの中華ソース

<作り方>

- ① おくらは塩を振り、板ずりをしてから洗い流し、ガクを取り除く。沸騰した湯に塩を少々加え、1分20秒茹でて冷水にとる。(塩はいずれも分量外)
- ② 醤油、酢、オイスターソース、各大さじ1、砂糖、ごま油、すりごま各小さじ2、おろしにんにく小さじ1/2、赤唐辛子(お好みで)をボウルにあわせておく
- ③ ①を保存容器に並べ入れ、②をかける。よく絡ませて数分置き、すりごまをかける

おくらは食物繊維が豊富でβ-カロテン、葉酸、カリウム、カルシウムが含まれます

材料 (4人分)

- ・おくら・・・16本
- ① 醤油、酢、オイスターソース・・・大さじ1
- ② 砂糖、ごま油、すりごま・・・小さじ2
- ③ おろしにんにく・・・小さじ1/2
- ④ 赤唐辛子・・・お好みで
- ・すりごま・・・適量(仕上げ)

お問い合わせはこちら

☎.0544-22-0166 ☎.0544-66-4722

Mail.keasaportshiho@yahoo.co.jp



お問い合わせ



ブログ