ラクティは地域に愛される事業所を目指し頑張っていきますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

2022年8月1日号

ラクティだより

～腰が痛い、膝が痛い、でお悩みのかたへ～

ホームヘルパーのサポートはいかがですか？

毎日暑いですね！

『暑い時期はこまめにお風呂に入りたいけど、腰が痛くてお風呂の掃除が大変、、、』

『膝が痛くてトイレの掃除がなかなか出来ない、、、』という方はホームヘルパーのサポートはいかがでしょうか？

ホームヘルパーは、日常生活の様々な困りごとをサポートする仕事です。ぜひ一度ご相談ください。

ホームヘルパーのできること

【身体介護】

- ○ 入浴・シャワー、食事、着替えなどの見守り・介助など
- ○ 本人の行う家事等の見守り介助
- ○ 家事等を本人と一緒に行う支援

【生活援助】

〇調理・洗濯・掃除などの代行

※原則的に家事の出来る同居家族がいる場合は認められません

ご利用のお客様からの嬉しいお言葉

一緒に調理した時、『娘と料理しているみたいで楽しいわ』

時計が止まっていたので電池交換した時『変えてもらいたかったのありがとう』

一緒におしゃべりしながら調理した時『ヘルパーさんとおしゃべりするとリフレッシュできるよ』

（ご夫婦ともにご利用のお客様より）奥様の誕生日にケーキを頼まれ購入。奥様に『じいもハイカラになったもんだ、初めてだ』ととても喜ばれました。来年はハッピーバースデイを歌う約束をしました

『最初、ヘルパーはまだ必要ないと思っていたけど、話を聞いてもらえるだけで気持ちがスッキリするわ』

（お客様の娘さんより）『ヘルパーさんが来てくれるようになってから部屋がきれいになったよ』

（入所が決まったお客様より）『お料理美味しかった。娘のような人に出会えて良かった』

一緒に掃除をしながら『ヘルパーさんが頑張ってくれるから励みになるよ』

恵理の らくらくクッキング

うなぎ散らし

うなぎはビタミンや DHA を多く含んだ栄養価の高い食材です。市販のかば焼きを利用し、手軽に栄養を摂りましょう！
酢飯にすると暑い日でもさっぱりと食べられますよ♪

【材料】
- うなぎ（一口大にカット）　1/2 枚
- ご飯　1 膳　●すし酢　少々　●卵　1 個
- （あれば）青しそ、刻みのり、青ネギ、ゴマ、キュウリなど

① **炊いたご飯にすし酢をお好みの量混ぜておく**
② **卵は錦糸卵か炒り卵にする**
③ **うなぎ、卵、お好みで青しそ、刻みのりなどをトッピング**

※塩分等医師の指示があるかたは医師の指示に従ってください

Let's 脳トレ！

言葉の間違いを直しましょう

① 電 → 飛 → □ → 庫 → 両

② 気 → 現 → □ → 徴 → 牙

③ 近 → 樹 → □ → 底 → 老

④ 登 → 岩 → □ → 椒 → 岳

答はこのページの下です

美樹の おススメ便利グッズ

森永乳業 エンジョイプロテイン

☆不足しがちな**タンパク質**が手軽に摂れます
☆ほぼ**無味無臭**なので食事の味を邪魔しません
☆**1 日に大さじ 1 杯程度**を食事や飲物に混ぜるのがお勧めです

220g 入り袋

↑粉状で溶けやすい

2,268 円（税込）

食事制限をされている方は医師等にご相談ください

ご注文はラクティスタッフまでお申し付けください

編集者Aのひとりごと

7月、8月と新しいスタッフが入社しました。毎日お客様への訪問、事務所での研修、と忙しく頑張ってくれています。新しい風が吹き、この暑い季節の中でもさわやかな清々しい気持ちで過ごしています。

数年で転職する人が多い現代社会において、スタッフが長く働きたいと思ってくれる企業でありたいと思います。【A】

開業時にはお腹にいた次女は今月で１０歳になりました♪

Let's 脳トレの答え　①車　②象　③海　④山

for everyone's active life
すべての人の　いきいきとした　暮らしのために

家電販売　訪問介護　障がい支援　福祉用具　デイサービス　住宅改修・リフォーム

有限会社　あい　住所：大泉町坂田2-12-2　電話：６３-３３７１

ラクティ　住所：大泉町日の出１-１０
ケアステーション　ラクティ（福祉用具、リフォーム）　電話：５６-９２３７
ケアステーション　ラクティ　日の出（訪問介護）　電話：５５-４２０３
デイフィット　ラクティ　（デイサービス）　電話：５５-４２０４

HP：http://ai-kaden.jp/
ブログ

社長ブログ始めました♬　覗いてみてくださいね

lactie
for everyone's active life