

# MaisonKumamuta

2018年 発行 5月号  
広報 メゾン・クマムタ VOL.120

社会福祉法人 恵春会

基本理念

人間尊重の精神と人間平等の思想の実現

方針

1. 個人の自由と権利の尊重
2. 自立への援助
3. 施設は地域社会福祉の核となれ
4. 職員は専門職としての誇りと研鑽を

〒861-4215

熊本県熊本市南区城南町沈目1502

障害者支援施設 くまむた荘

TEL (0964) 28-4680 FAX (0964) 28-5403

くまむた荘デイサービスセンター春秋館

TEL・FAX (0964) 28-2760

相談支援センター絆

TEL (0964) 28-7799 FAX (0964) 28-0040

(0964) 28-7760

## 5月生まれの利用者の方



関 様

富田 様

# 給食だより

## しみ・くすみ改善にシステイン

春は冬と比べ、紫外線の量が増えてきます。これからの季節の外出の際はしっかりと日焼け予防をすることをお勧めします。

シミやくすみは、紫外線によってメラニンが過剰に生成されたり、加齢による新陳代謝の衰えによって色素沈着を起こすことが原因で生まれます。

システインは、たんぱく質の構成成分でアミノ酸の一種です。システインには黒いメラニン色素の生成を抑制する働きがあり、シミやくすみの改善に役立ちます。

## ★システインを多く含む食品★

・高野豆腐…たんぱく質が豆腐の約7倍で、ビタミンDの多い魚や緑黄色野菜と一緒に煮ると身体への吸収率も上がり栄養のバランスもよくなります。

・お麩…高タンパクでミネラルも豊富。

・かつお節…たんぱく質、カルシウム、鉄、血行を促進するナイアシンや、若返りに効果ありのイノシン酸も含まれる食品。

# 新利用者紹介



上本 様

4月に1棟に入所されました。新聞を千切って“こより”を作るのが好きな上本さんです♪

中村 様

4月に2棟に入所されました。声をかけると優しく話をしてくださいます。歌を聴くことも好きです(\*^\_^\*)



# 日中活動予定表

## ☆音楽クラブ

3日(木)、26日(土)

## ☆学習会

22日(火)

## ☆歌おう会

31日(木)

## ☆レクリエーション

3日(木)

## ☆絵画教室

5日(土)、12日(土)、26日(土)、  
29日(火)、

## ☆書道教室

11日(金)、25日(金)

# 5月行事予定

9日(水)・・・利用者健康診断

10日(木)・・・利用者健康診断

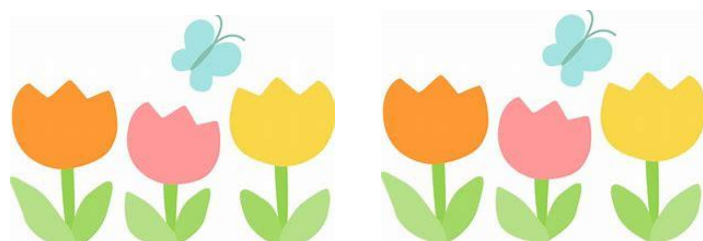
16日(水)・・・利用者健康診断

17日(木)・・・県身障施設風船バレー大会  
コーヒー喫茶、巡回図書

19日(土)・・・家族会役員会・総会

24日(木)・・・害虫駆除(くまむた荘)

26日(土)・・・害虫駆除(春秋館、絆)



# デイサービスセンター春秋館

## 5月誕生者紹介！



田口 様 1日生



福崎 様 1日生



江川 様 25日生



近藤 様 24日生

おめでとうございます！

素敵な一年になりますように…！



樋口 様 1日生

## 相談支援センター 絆

みなさんゴールデンウィークはいかがお過ごしでしたか？相談支援センター 絆 が平成 30 年 5 月より新体制になりましたことを報告します。

4 月までは

『平田・立岡・福田・松尾・二宮』



5 月より

『平田・後藤・福田・北村・二宮』

に変更になります。

立岡・松尾は約 1 年間の産休・育休をとらせて頂く予定となっております。新たな気持ちで平成 30 年度も頑張っていきたいと思っております。今年度も絆をよろしくお願ひします。



# ～花見～



4月3日(火)にくまむた荘行事の花見が行われました。今年は残念ながら葉桜の花見となりましたが、天候に恵まれ、平日にも関わらず沢山のご家族の方に参加していただきました。

催し物として、今年は2組のゲストが盛り上げてくださいました。1組目のゲストは“くまモン”！くまむた荘にくまモンが来るのはこれで2回目となりますが、今回は、利用者の方をビックリさせる為に、当日まで詳細を明かしていませんでした。くまモンが登場した途端、利用者の皆さんはとても驚かれましたが、笑顔で一緒に写真撮影を楽しまれていました。

2組目のゲスト“谷尾崎ひよっこ愛笑会”の皆さんには、ひよっこ踊りやおてもやん音頭などを披露いただきました。こちらは息の合った楽しい踊りに利用者、家族の方も見入られており、途中で職員も飛び入り参加するなど賑やかな時間となりました。

午後からは毎年恒例のカラオケ大会が行われ、皆さん楽しく歌われていました。日中はとても気温が上がりましたが、体調不良者もでることなく楽しい花見の会となりました(\*^\_^\*)