

# テイケア通信

## 六月号

### 富山県「ご当地グルメ」

#### 「ぶり大根」

「ぶり大根」は、ぶりの身やアラを大根と一緒に、しょう油、砂糖、だしなどを入れ煮つけた、ブリに脂がのった冬の料理です。平成19年には、郷土料理百選で富山県の郷土料理に選ばれています。今では家庭でも多く作られるので、料理番組でも「プロのように作る方法」などが放送されていますね。富山県氷見漁港ではブランド魚として「きときと寒ブリ」があります。ぶり大根の他、照り焼きも美味しいですね。また、なれずしの「かぶら寿し」も富山西部や金沢などの北陸の冬の味覚ですね。

## 6月23日 昼食にご提供!



写真はあくまでイメージです。おだしするものとは異なりますのでご了承下さい

### 入れ歯のお手入れ

六月四日は六(む)と四(し)の語呂合わせで、「むし歯予防の日」となっています。この日に合わせ、六月四日～十日までの一週間、「歯の衛生週間」を実施しています。今回は歯の衛生週間にちなみ入れ歯のお手入れを紹介します。

- 1、入れ歯をはずし、水洗いする  
流水で入れ歯についている食べカスやヌルヌルとした歯垢のかたまりなどを洗い流す。
- 2、専用のブラシを使いブラッシングする  
汚れがある程度取り除けたら、入れ歯専用のブラシを使い、ヌルヌルがなくなるまで磨く。
- 3、入れ歯洗剤に浸ける  
【注意】歯磨き粉には研磨剤が入っているのに入れ歯を傷つけます。入れ歯専用の歯磨き剤を使います。  
入れ歯の保管容器に水と入れ歯洗剤を入れ、入れ歯を浸す。  
時間は約二十分(頑固な汚れには一晩)
- 4、水洗いする  
流水で入れ歯ブラシを使用して、入れ歯洗剤の成分や浮き上がったヌルヌルをしっかり磨いて洗う。



**臨時利用・振替利用 随時受け付け中!!**

デイケア利用時にお休みした場合、他の曜日への振替利用ができます。  
ご家族様のご都合で、予定外に利用したい時なども臨時利用できます。  
詳しくは、オキドキまでご連絡下さい(0421-596011)

### 総務課より

利用料のお支払いは毎月十五日までになっておりますので「ご協力ください」。  
なお、窓口でのお支払いは、年中無休、午前九時から午後四時迄です。  
宜しくお願い致します。

## 6月主な予定



- 5日(月)～10日(金) 体重測定
- 13日(火) 餡蜜作り
- 19日(月) カレーバイキング
- 19日(月)～23日(金)  
レクリエーション週間
- 21日(水) お楽しみ献立
- 23日(金) ご当地グルメ(富山県)
- 29日(木) セレクト食