

特別養護老人ホームローゼンヴィラ藤原  
ケアハウスローゼンヴィラ藤原  
ヴェルフ藤原デイサービスセンター  
船橋市西老人デイサービスセンター  
ローゼンホーム上山デイサービスセンター  
ヴェルフ藤原居宅介護支援事業所  
住所：船橋市藤原8-17-3  
電話：047-430-7922

# ローゼンヴィラ藤原式番館・ケアハウス 敬老会

### 式番館



### 参番館



### ケアハウス



## contents

- P1: 敬老会(ローゼンヴィラ藤原式番館・参番館・ケアハウス)
- P2: 施設紹介(特別養護老人ホームローゼンヴィラ藤原参番館)
- P3: 施設紹介(特別養護老人ホームローゼンヴィラ藤原式番館)
- P4: 免疫力をアップさせる食材の紹介・船橋エリア高齢部門施設紹介

# 感染症予防・免疫力をUPする身近な食べ物

今年はインフルエンザの流行が例年より早いようです。インフルエンザにかからないためには、

①感染経路を断つこと、②予防接種を受けること、③免疫力を高めることが大切です。免疫力を高める手段として、毎日の食事に取り入れたい食材をご紹介します。

### ・腸内環境を整える

腸には全身の約70%の免疫細胞が集中しており、腸内環境を整えることは免疫力アップの近道になるといわれています。

主な食品…発酵食品。チーズやヨーグルトに含まれる乳酸菌、納豆に含まれる納豆菌、みそや豆腐に含まれる麹菌、日本酒やパンに含まれる酵母菌など。



### ・抗酸化作用を活性化させる

細胞の老化や病気の一因となる活性酸素の発生抑制や防止に役立つ抗酸化物質は、野菜や果物などの植物性食品に広く含まれています。

主な食品…人参、ほうれん草、カボチャ、ブロッコリー、じゃがいも、さつまいも、りんご、いちご、みかんなど。

・その他、緑茶に含まれるカテキンには抗酸化力作用があり、ビタミンCも含まれています。すりおろした生姜にはちみつを加えてお湯を注ぐと、身体を芯から温めてくれ、殺菌効果もある寒い時期におすすめの一杯です。

お薬の飲み合わせ等にご注意いただきながら、これらの食品を取り入れてみてください！

## ～私たちは地域社会になくってはならない存在でありたい～

私たち千葉県福祉援護会は、地域の皆様にとってなくてはならない存在であることを目標に、様々な福祉事業を行っております。介護相談や福祉制度に関するお困りごとがありましたら、何でもご相談ください。どんな小さなことでも構いません。「福祉サービスを利用するにはどうしたらいいの?」「最近体力が落ちてしまった」といったご相談も承ります。ご連絡お待ちしております。

### ～福祉施設へのご入居相談はこちら～

ローゼンヴィラ藤原(特別養護老人ホーム)	047(430)7922	担当:津川・横山
ローゼンヴィラ藤原(ショートステイ)	047(430)7922	担当:湯川
ローゼンヴィラ藤原(ケアハウス)	047(430)7933	担当:清原

### ～デイサービスのご利用相談はこちら～

ヴェルフ藤原デイサービスセンター(デイサービス)	047(430)0002	担当:山本・能村
船橋市西老人デイサービスセンター(デイサービス)	047(429)0485	担当:小川・村上
ローゼンホーム上山デイサービスセンター(デイサービス)	047(404)3330	担当:秋葉・中西

### ～サービス付き高齢者住宅へのご入居相談はこちら～

ローゼンホーム上山(サービス付き高齢者向け住宅)	047(404)8877	担当:小林
--------------------------	--------------	-------

### ～福祉制度、福祉サービスに関するご相談はこちら～

ヴェルフ藤原居宅介護支援事業所	047(430)4140	担当:安食・猿橋
-----------------	--------------	----------



# 式番館でどんなところ？

式番館は、2人部屋24床(うち静養室1床)4人部屋2床の26床あり、定員数56名の方がご利用出来ます。特徴は、長期の入居者様とショートステイのご利用者様にご利用になっています。



左の写真が2人部屋の様子、右が4人部屋の様子



左の写真はレクリエーションの様子、右が集団体操の様子

その他にも、季節の行事や外出行事、ボランティア様による交流会を定期的の実施しています。ご入居者が楽しんでいる時は職員も一緒に楽しんだり、笑ったりと楽しい雰囲気です。



ローゼンヴィラ藤原式番館：高橋

# 参番館でどんなところ？

参番館は、全室個室となっています。各お部屋にはトイレや洗面台がついており、家具類は使い慣れたものや新しいもの等、自由に持ち込めるようになっています。67名の長期の入居者様にご利用されています。



## 行事・余暇活動の様子

参番館では各季節ごとに四季を感じて頂くためにも様々な行事を実施しています。その他、少しでも楽しんで頂けるよう工夫をしながら、園芸サークル・書道サークル等のサークル活動や余暇活動を行っています。



ローゼンヴィラ藤原参番館：田中