

愛知県同胞援護会だより

第312号

平成26年7月1日発行



「アマリリス」

特別養護老人ホームとよた苑
樋口民恵様(利用者作品)

目次

春日井・豊田・大府グループ……………P.2	第2とよた苑・保見の里……………P.8
春緑苑……………P.2~3	サンホーム豊田……………P.9
第2春緑苑……………P.4	大府の郷……………P.10
春日苑・ワーカー・鷹来・さくら保育園……………P.5	支えていただいた方々……………P.11
とよた苑……………P.6	春日井・豊田・大府グループ……………P.12
若草苑……………P.7	

法人事務局

〒487-0031 愛知県春日井市廻間町703-1 TEL:0568-88-8302 FAX:0568-88-0306
HPアドレス:www.douen.or.jp
E-mailアドレス:info@douen.or.jp

ディサービス
秘伝の夕しで
五平もち作り

5月30日(金)、お楽しみ企画として、五平もち作りを行いました。

ディサービス秘伝の五平もちの夕しは、ピーナツとクルミをしっかりとすり潰すことがおいしさの秘訣です。利用者のみなさんに協力していただき、しっかりとすり潰すことができました。

おもを草履型に整え、コンロで焼いていきます。香ばしい匂いが辺りに漂い、みなさん自然と笑顔がこぼれていました。秘伝の夕しをたっぷり付け、屋外で、でき立てアツアツを召し上がっていたとき、大きな口を開けてあつという間に完食です。「おいしい。」とみなさんに大好評でした。



▲力を入れてすり潰さないと

訪問入浴サービス
手作り入浴剤

利用者さんに入浴を楽しんでいただくこと、入浴剤を使用しています。入浴剤をお湯に入れて香りを楽しんでいただくだけでなく、目からも楽しんでいただくこと、色や形も工夫しながら手作りしました。

重曹とクエン酸を使用し、香り付けにかんきつ系や花の香りの入浴剤を混ぜ、固め



▲星型にハート型... いろいろ用意しています



▲いい焼き具合です

▲うまいっ!

地域包括支援センター

介護予防教室の予定

「認知症予防教室」

～ちぎって貼って絵を描いて、オリジナルうちわを作ろう～

【日時】7月15日(火) 14時～15時30分
【講師】地域包括支援センター春緑苑職員
【会場】東部市民センター第二集会所
【定員】25名(定員になり次第申込み締め切りになります)
【参加費】無料
【持ち物】うちわの枠・のり・新聞紙 1日分
【申し込み先】
電話 (0568) 88-5829
FAX (0568) 88-5704
メール chiihokatsu@douen.or.jp
担当 水野、尾崎、白木、太田、寺井



▲何番がでるかな?



▲一等賞やった～ どれにしようかしら?

7・8月の行事予定

7月2日(水) 月次祭
7月7日(月) 七夕会
7月11日(金) 交歓吟詠会
7月18日(金) 月例祭
7月28日(月) 誕生会
8月16日(日) 春緑苑・春日苑 合同夏まつり



▲昭和時代家庭の様子

ケアハウス春緑苑
ビンゴ大会

5月29日(木)、お楽しみ会でビンゴ大会を開催しました。様々な景品を用意し、27名の利用者さんが参加して、大いに盛り上がりました。

グループホーム
行楽(日本昭和村)

6月9日(月)、梅雨の合間に、美濃加茂日本昭和村に出かけてきました。

昭和村の中の昭和パビリオンでは、古き長き町の風景や生活の様子などが再現されており、利用者さんは「これ知ってるよ。」「懐かしいね。」「家もこんな感じだった。」「と、話に花が咲きました。



▲みなさん揃って記念撮影...ハイチーズ

昔を思い出されていました。昼食は、季節の野菜を使ったお惣菜バイキングで、ヘルシーな料理をたくさん楽しむことができました。

管理者・役職者
研修会

6月10日(火)・11日(水)の2日間、管理者・役職者を対象に株式会社FCEメディアカル&ケア社の相田吉雄氏を講師としてお招きし、「7つの習慣Care」を介して働く人のための人間力・コミュニケーション力向上プログラム」についての研修会を開催しました。

理想とするチームケアを実現するためには、自分にとって、周囲にとって今まで以上に働きたいのある職場作りが大切です。介護知識や介護技術といったノウハウ部分を身に付ける前に、



▶研修を受ける前に
田中専務理事より激励の挨拶



▶相田吉雄氏による講義

に、管理者・役職者が効果的且つ、効果的に指導力を発揮するためには、まず、第一に「人間力」を身に付けることが重要です。今回の研修の目的は、管理者・役職者がこのような視点に立つて、「人間力・モチベーション」をしっかりと身に付け、現場職員を指導してもらうことで、職員が仕事の面白さに加え、やりがいのある職場作りを行うことです。

一人ひとりの内面に働きかけることで、お互いをプロフェッショナルとして尊重し合い、経験を生かしながらチームワークを発揮する職場の環境づくり、組織づくりにおける7つの習慣Careの必要性を十分に理解

研修プログラム

日程	内容
6月10日(火)	【個のリーダーシップ】 ～まずは自分自身が成長するために～
6月11日(水)	【組織におけるリーダーシップ】 ～違う価値観をもつ他人との中で、組織が成長する為に～



▶みなさん、真剣に取り組んでいます

できた有意義な2日間となりました。

春緑苑

投票を行いました

5月19日(月)、春緑苑交流センターにて、春日井市長選挙の不在者投票を行いました。それぞれの思いを胸に投票用紙に記入し、真剣な表情で投票に臨みました。



▲「あの人になってもらいたいなあ～！」

苑内の大掃除を行いました

5月17日(土)、96人のご家族の皆様が協力いただき、感謝の集い(開設記念祭)前の大掃除を行いました。

当日は、障子の張り替えや、エアコンのフィルターの掃除、窓ふきなど普段なかなかできない



▲夏場に向けてエアコンのフィルターをきれいにしないとね



▲これで、今まで以上にきれいな景色を見ることが出来るね!

い部分の掃除をしていただき、苑内はともきれいなになりました。

苑の外も一緒にきれいにさせていただいたおかげで、当日の感謝の集いは、天気も良く、気持ちのいい中で開催することができました。

お忙しい中ご参加いただき、ありがとうございました。

第2春緑苑

春日井市長選挙 不在者投票

5月23日(金)、春日井市長選挙の不在者投票を行いました。不在者投票が始まると、悩まれた表情で投票用紙に記入される利用者さんもしれば、また、「私は、もう決めてきたの。」とおっしゃる利用者さんもおられました。

久しぶりの選挙で投票が終わると、「ホッ」とした表情をしておられました。



▲みなさん真剣に考えて投票されました

はるカフェオープン

1階喫茶コーナーで、はるカフェがオープンしました。メニューはコーヒー、紅茶、ジュースなどのドリンクと、まんじゅう、おせんべいなど日替わりお菓子があります。最近では、新メニューとして、ソフト

デイサービス

Let'sカラオケ体操

毎朝リハビリ体操の音楽をかけて、利用者さんと一緒に体操をしています。

最近では、新しくカラオケ機が入り、歌いながら体操ができるコンテンツが入っています。曲もみなさんが知っている唱歌や懐メロを使っている歌唱なので、利用者さんも職員も音楽を楽しみながら体を動かすことができています。

今後楽しく体操ができるように計画していきます。



▲繁盛しています

ヘルパーステーション

日々奮闘中

利用者さんは、十人十色。私たちヘルパーは、みなさんの暮らしているコンテンツ：内容・中身という意味



▲みなさん笑顔で楽しく体操!

地域包括支援センター

7月は熱中症予防強化月間

この時期になると熱中症に関するニュースをよく耳にします。そこで今回は熱中症予防のポイントをご紹介します。

- ・こまめな水分・塩分補給
- ・高温注意情報を参考に
- ・熱中症にならない環境作り
- ・外出時は涼しい服装で
- ・おかしいと思ったら病院へ
- ・熱中症には十分注意して、元気に夏を過ごしてください。

春日苑

ゴロバレーボール大会

「第16回春季施設交流ゴロバレーボール大会」が、志段味スポーツランド体育館で行われ、



▲チーム「ラビット」です☆

絶対勝つてやる!



利用者さんは目いっぱい楽しんでおられました。

結果的には9チーム中6位と残念な結果となってしまいました。利用者さんの気持ちは次回に向けており、次の大会への意気込みを感じました。

最後にイルカショーを見て、みなさん大喜びでした。

Kace book



▲ジャンプがすごく高〜い!



▲こんなに近くにペンギンがいっぱいだよ〜☆

今回は、利用者さんの希望外出で南知多ビーチランドへ行ってきました。館内を見学

7月12日(土) 保護者会カラオケ大会 納涼ハイキング

7月の行事予定

新任職員紹介 (6月1日付)

生活支援員 廣野 菜穂

みなさん 似合ってますよ!!

美少女園の紹介

4月から赴任された、美少女園長先生をご紹介します!

①趣味・旅行(夢はマチュピチュにいくこと)

②美しさの秘訣:寝ること

お子さん? 人とお孫さんが3人いる、笑顔が素敵で元気いっぱいな園長先生です。

フリーカー鷹来

社会見学

5月28日(水)、保護者会主催の社会見学があり、浜松の「航空自衛隊エアパーク」に行ってきました。

実際に戦闘機が飛び交う所を間近で見、みなさんとても感動しておられました。なかには、自衛隊の制服試着体験をして、自衛官になりきっている利用者さんもおられました。

みなさん大満足な一日となり、楽しいひとときを過ごしておられました。



▲迫力満点だったよ!

味美デイサービス

防災訓練



いつでも持ち出せるように事前に準備しておいてください

災害の多い今日、万が一を考え、備えをしておこうと、厨房から出火した想定で、デイサービスで避難訓練を実施しました。

押し車や車いすの利用者さんを、素早く避難させることができました。その後、みなさんに災害時の対応方法を知っていただくため、非常持ち出し袋を作り、実物を見ていただきました。

今回の訓練に参加した利用者さんは、「とても参考になりました」と真剣な表情でお話してくれました。

今後、災害時の備えを怠らないよう職員一同、一層気を引き締めて参ります。

さくら保育園

夏野菜の苗植え

年長組の子どもたちが夏野菜の苗を植えました。

「何の苗でしょう?」と先生が質問すると、園児は「葉っぱが紫だからなすび!」と元気よく答えていました。プランターに土を入れ、丁寧に苗を植えて出来上がりました。

さくら保育園に小さな農園ができました。

▲大きくなれ!◎



さくら保育園の美少女園の紹介

4月から赴任された、美少女園長先生をご紹介します!

①趣味・旅行(夢はマチュピチュにいくこと)

②美しさの秘訣:寝ること

お子さん? 人とお孫さんが3人いる、笑顔が素敵で元気いっぱいな園長先生です。



▲まだまだ若いよ! (運動会にて)

とよた苑

今月の ピカイチ パスハイク

6月5日(木)、南知多にある「まるは食堂」にバスハイクで出かけてきました。
美浜町で有名なエビフライや新鮮な魚介類を食べ、大喜び。久しぶりの外出行事でいきいきしている利用者さんを見る



▲新鮮な刺身を食べ、満面の笑顔

花だんの植え替えと 野菜の苗植え

6月4日(水)、家族会、野見山わくわく花クラブのみなさんのご協力を得て、花だんの植え替えと野菜の苗植えを行いました。



▲野見山花クラブのみなさん



▲家族会のみなさん

と、職員も自然と笑顔になりました。
みなさんのすてきな笑顔がたくさん見られるよう、今後いろいろな行事を企画していきます。

利用者と家族会の方々に野菜の苗植えを、野見山花クラブの方々に花だんの植え替えを行っていただきました。暑い中

の作業となりましたが、みなさんの協力があり、順調に植え替えと苗植えを行うことができました。
みなさんで花や野菜の成長をしっかりと見守っていきます。

とよた苑デイサービス 童心に帰って

子どもの頃覚えた「百人一首」。毎月第2、第3木曜日に百人一首クラブが開かれています。初めての初め

組まれて

である平山真彦医師をお招きし、「保健・医療・福祉の連携強化について」の勉強会を行いました。

地域包括ケアシステム構築について、往診と訪問診療の違いや、今後の在宅医療に対する考え方など参考になることがたくさんあり

ました。

たかさ

んのケア

マネジャー

に参加

していただき、充

実した一

日となり

ました。

▲参考になりました

習字作品

上の句を詠みあげると、下の句を口ずさむ利用者さんや、「は」と勢いよく手をのびされる利用者さんなど、和気あいあいとした中で、みなさん童心に帰って楽しんでおられます。

健康茶作り

毎年恒例の健康茶作りを行いました。
今年の新しいお茶はイタドク(便秘・むくみ)、びわの葉(高血圧)、笹の葉(高血圧・糖尿)、スギナ(利尿)、よもぎ(健胃)、柿の葉(高血圧)など、予防効果があるものを使用しています。
きれいに洗浄して、乾燥させ、夏場に向けてみんなで飲めるように準備を進めています。
熱中症対策に向けて、「健康茶で健康に」を合言葉に、みなさんで水分摂取を心がけていきます。

気持いいみかんの湯

5月23日(金)、ケアハウスで育てた甘夏を使用し、中身と皮を天日干しして乾燥させ、お風呂の中に入れ、みかん風呂を行いました。
みかんには、うるつる美肌、「冷え性予防」の効果があります。みかん風呂に浸かり、利用者さんは「みかんのいいにおいがする」「肌がつるつるするね」と、とても楽しんでおられました。

新任職員紹介

6月1日付

地域包括支援センター
社会福祉士 中屋 美子

養護若草苑

運動会

5月29日(木)、「第12回若草苑運動会」を開催しました。
天候にも恵まれ、玉入れ・パン食い競争など紅白に分かれ、白熱した運動会となりました。
職員は障害物リレーでは、笑い声があちこちから聞こえ、利用者さんの笑顔が絶えません



▲準備体操、しっかりと

地域包括支援センター ケアマネジャー勉強会を開催

講師に京町クリニックの院長

「このパンほしい!!」

ガンバレ~!

環境美化活動

6月5日(木)、地域の環境美化活動に参加し、苑周辺や利用者さんが買い物に出かける道端のゴミ拾いを行いました。
最近ではゴミに対しての意識も強まり、ゴミの量もとても少なく、きれいな環境になっています。



▲意外と少ないなあ

若草苑デイサービス

紫陽花を作ったよ

6月は梅雨の季節ということもあり、利用者さんと一緒に「紫陽花」を作りました。
立体的に見せるため、カップラーメンの容器を利用し、色画用紙で作った花びらを付け、飾り付けしました。でき上がった作品を見て、「花びらをくつつけるのは苦労したなあ。」「きれいな紫陽花ができたね。」と、利用者さんはとても満足してお

若草苑デイサービス

▲うまく貼れるかな?

▲よいしょ

東山デイサービス

楽しいおやつ作り

6月は梅雨の季節ということもあり、利用者さんと一緒に「紫陽花」を作りました。
立体的に見せるため、カップラーメンの容器を利用し、色画用紙で作った花びらを付け、飾り付けしました。でき上がった作品を見て、「花びらをくつつけるのは苦労したなあ。」「きれいな紫陽花ができたね。」と、利用者さんはとても満足してお

東山デイサービス

▲うまくなりました

▲早く焼けないかなあ~?

毎月おやつ作り

毎月おやつ作りを行っており、今回は五平もちを作りました。五平もちが好きな利用者さんも多く、みなさん作り始める前からソワソワしておられました。

棒に付けて形を整えるのが意外に難しく、みなさん苦労されていました。中には、昔良く作った方もおられ、慣れた手つきで五平もちを作っていました。

焼き始めると香ばしい匂いが辺りに広がり、焼き上がった五平もちが熱々で、「とてもおいしい。」「とみなさんに大好評でした。

▲「フーン、うまい!!」

第2とよた苑

すてきな一日

5月30日(金)、紅凧会のみなさんに慰問に来ていただきました。張りのある声で詠われる詩吟、きらびやかな衣装による舞い、凧と振る舞う剣舞にみなさん心奪われた様子で、ステーション「ジツ」と見入っておられました。



▲すてきな舞いでした

みなさんにゆかりのある歌では、会場全員で口ずさむ場面も見られ、参加された利用者さんが心から楽しんでおられる様子が伺えました。今後、このような機会を増やし、地域とのつながりの中で今まで以上に様々な活動ができる施設作りをしていきます。

綿菓子をつくろう!



▶縁日を思い出すわ!

開設記念祭からお借りしている綿菓子製造機を、1階ロビーに引き続き設置し、利用者さんに利用していただいています。みなさん機械から綿状になって出てくる鈴に悪戦苦闘しながらも、子どもの様にはしゃぎながら、綿菓子を割り箸に巻きつけておられました。とはいっても、作る楽しみもあり、やっぱり食べるほうにみなさん、夢中なようです(笑)。

デイサービス

畑で苗植え

畑にさつまいもの苗を利用者さんと一緒に植える作業を行いました。今年は、安納芋、紅はるか、鳴門金時という3種類の苗を植えました。

昔から畑仕事をしておられた利用者さんは、慣れた手つきで苗を植えていました。今回初めて畑仕事をされた利用者さんは、満面の笑みで「楽しかった。」と、とても喜んでおられました。収穫時期が待ち遠しいですね。



▶たまたすがぶり!



▲出来ばえが楽しみなね!

ヘルパーステーション

笑顔と会話

「ヘルパーさんは、まだいいわ。」と初めてご挨拶した時にTさんに言われました。見ず知らずの人が家の中に入ってくることは、やはり誰でも不安や抵抗があるものです。そんな時に私がかかっていることは、笑顔とたくさんのお話。「お花きれいですね」「この写真はいつ頃撮ったんですか。」など、とにかく会話を楽しむことでお近づきになれたらと思っています。今ではヘルパーが来ることを楽しみにしておられるTさん。また、よくしゃべるヘルパーが来るぞ!と思っていることでしょうか。少しでもみなさんの力になれるよう頑張ります。



▶体操クラブの発表!

◀練習の成果を存分に発揮

保見の里

クラブ発表会

6月5日(木)、クラブ発表会を行いました。利用者さんから「みんなの前で発表したいな。」という声があがり、今回はカラオケ、体操、大正琴の発表会を企画しました。みなさんクラブ活動の時間以外にも練習され、当日の発表会に向け、一生懸命頑張っていました。

当日は、発表される利用者さんに少しでもリラックスしていただくこと、観客席側では、楽器を持って応援し、みなさんでその場を盛り上げました。発表後に、利用者さんに感想を聞いてみると、「楽しく歌えたよ。」「なんとか上手に弾けたよ。」「みなさん笑顔で感想を述べておられました。」

障害者支援施設 サンホーム豊田

食べてー見てー舞ってー 楽しいな♪

5月30日(金)、気持ちの良い気候の中、バスハイクに行ってきました。

まずは「オレンジパーク」で昼食。しらす釜飯に巨大な



バスハイク



▶メロン、甘くておいしいよ!

エビフライ、それに甘いメロン。みなさん、とてもおいしそうに食べておられました。昼食後は「のんほいパーク」へ。ここでは班ごとに分かれて動物を見たり、博物館に行ったり、遊園地で乗り物に乗ったりと、みなさん、それぞれ楽しんでおられました。帰りのバスでは「楽しかったね。」「動物すこかったよ。」「と、みなさんとても上機嫌でした。



▶メリーゴーランド楽しいよ!

メダルを目指して

5月24日(土)、「障がい者スポーツ大会」に参加してきました。

当日は天気も良く、スポーツ日和の一日でした。みなさん真剣に競技に取り組んだ結果、多くの利用者さんが入賞することができました。

「メダルももらったよ。やったー!!」と、とてもうれしそうでした。

がんばれ!!負けるな!!



▲よいしょ〜!よいしょ〜!!

5月24日(土)、美里中学校から招待状をいただき、運動会に参加してきました。綱引きでは、利用者さんたちも一緒に参加し、生徒さん、先生方との交流を楽しんでおられました。



▲遠くまで飛ばせるかな?

今月のMUSIC

作品のつぼみがありました!

余暇の時間を利用してピアス作品や編み物、花ふきんなど、それぞれが好きなものを選び作品を製作しています。

「今日は花ふきん縫ったよ。」「毛糸のタワシがこんなにできました。」と、笑顔でできた作品を見せてくださいました。

完成した作品は玄関で販売しておりますので、サンホームにお越しの際は、ぜひ一度、お立ち寄りください。



▲上手でしょ!

生活介護事業

年に一度のスポーツの祭典

昨年までは、軽スポーツ大会」と称しておりましたが、今年からは「ダンス&スポーツの祭典」と改め、ダンスに力を入れて利用者みなさんに練習に励んでいただきました。

当日は、日頃の練習の成果を存分に発揮し、保護者の方の前で踊りを披露しておられました。クライマックスの綱引きでは、保護者の方にも一緒に参加していただき、両手を挙げて喜んで利用利用者さんや、悔しがっている利用者さんなど、みなさんさまざまみなさんな表情を見せ、最高潮の盛り上がりとなりました。



▶レッキングシリング

7月の行事予定

- 7月7日(月) 七夕会
- 7月10日(木) 歯科検診
- 7月12日(土) 保護者会懇親会
- 7月19日(日) 障がい者交流ダンス大会

大府の郷

スポーツ大会見学

5月31日(土)、大府西中学校のスポーツ大会に招待され、利用者さんが行ってきました。夏のよう暑い日差しの中、生徒さんたちが頑張って競技する姿に利用者さんたちは手を振り、大きな声で応援していました。



みんながんばれ～!



応援も熱が入ります

「昔の競技とは違うなあ。」「息子の運動会をここでみたよ。思い出だね。」と、昔を思い出しながら、楽しそうに話してくださいました。利用者さんたちは、童心に戻り、とても楽しんでおられました。



やっぱり、焼き肉はおいしいね!

デイサービス

新茶会を行いました!

「新茶の季節到来」ということで、静岡から新茶を取り寄せました。お茶について知識を深めていただくこと、「お茶の豆知識」と題して、みなさんに詳しく説明させていただきました。お茶菓子とともに新茶をいざ試飲。みなさん口々に「おいしい!」「もう一杯!」とほんどの利用者さんがお替りしておられ、おいしいお茶に会話も弾んでいました。



やっぱり新茶は違うね!

へえ～参考になるね!



緑のカーテン作りを始めました! 利用者さんに手伝っていただけ、プランターにアサガオとフウセンカズラを植えました。昨年と同様、2階からネットをたらし、準備万端。緑のカーテンで涼やかに暑い季節をすごします。



立派に育ってよ!

職員紹介



デイサービスセンター 介護士 新美 愛子

- ①なぜ、福祉施設に就職したのですか?
②休日は何をしていますか?
③座右の銘は?
④将来の夢は?
⑤最後に一言

利用者さんに手伝っていただけ、プランターにアサガオとフウセンカズラを植えました。昨年と同様、2階からネットをたらし、準備万端。緑のカーテンで涼やかに暑い季節をすごします。

育児休業を取得し、職場復帰しました。現在は子育てを行いながらデイサービスで頑張っています。



新任職員紹介 (6月1日付) 香藤職員 野原 真実

支えていただいた方々

5月16日・6月15日(敬称略、順不同)

- 春緑苑
寄付金 松井紀久子新美ヒナ子前並米袋店林勝馬山本浦子渡辺由加立岡紀子...

寄付金 春緑苑デイサービス認知症家族会
北原悦子鶴岡淑子菅田穂郎...

- 春日苑
寄付金 青山秋光林幸枝に於ける春日苑保護者会...

寄付金 松村照子田中辰廣水野美佐江原利也
囲碁同好会...

- とよたグループ
寄付金 藤原垣山花子尾頭久子永田ひさ江奥山ト...

寄付金 浦山マサ子河内正子兒嶋照子河内智子...

- 東山デイサービスセンター
寄付金 木下和雄日比野千代子伊藤秋枝...

寄付金 中川保険下井昭之梅坪台地区民生委員...

- 大府の郷
寄付金 清水育代 小林部三磯部はる子...

思い出の アルバム

9

とよた苑

旦那さんの楽しい結婚生活

とよた苑の元気印、岩倉博子さんを紹介します。

昭和13年生まれ、76歳。兵庫県神戸市で長女として生まれ、姫路市に移り住み元気印っばいに過ごしてこられたそうです。

「今までで一番うれしかったことはなんですか？」との質問に、「28歳の頃から42歳までお付き合いをしていた旦那と結婚できたこと。」との答えでした。喧嘩も多少したとのことですが、とても仲良しな夫婦だったそうです。よく旅行やパチンコと一緒にでかけたことを楽しそうに話してくださいました。

「旦那さんの思い出の中で、一番印象に残っていることはなんですか？」と聞いたところ、岩倉さんが42歳のとき、病を患い入院し、医師から「癌かもし



▲結婚当時の岩倉さん

私のうれしかったこと、
楽しかったこと、
特別養護老人ホームとよた苑の利用者さんに話っていた
できました。



▲思い出の旅行

「今までも一番うれしかったことはなんですか？」との質問に、「28歳の頃から42歳までお付き合いをしていた旦那と結婚できたこと。」との答えでした。喧嘩も多少したとのことですが、とても仲良しな夫婦だったそうです。よく旅行やパチンコと一緒にでかけたことを楽しそうに話してくださいました。

結婚後は、どこへ行くのも二人は一緒に、金沢に旅行したり、旦那さんが脳梗塞で寝たきりの状態になったときは、たくさん時間をともに過ごされていたそうです。

岩倉さんから、「自宅での介護は大変でしたが、とよた苑のヘルパーさんに助けていただいたおかげで、楽しく過ごすことができました。旦那が亡くなって

現在は一人になってしまったが、とよた苑の職員さんが助けてくれるので、今は皆さんが私の家族です。とよた苑に入所できて本当に良かった。」と涙を流しながら、話してくださいました。



▲夏祭りを楽しむ岩倉さん

第2とよた苑特製 レンコンハンバーグ

【材料】	
レンコン	40g
たまねぎ	20g
牛・豚合挽き肉	40g
ナツメグ	0.1g
パン粉(乾燥)	10g
牛乳	10cc
塩こしょう	0.5g
ピザ用チーズ	10g
油	1g
【ソース】	
ケチャップ	10g
ウスターソース	3g
【盛り付け野菜】	
レタス	15g
トマト	20g

【レンコンハンバーグ】の作り方

- ①レンコンは粗みじん、たまねぎはみじん切りにして中火で軽く炒め、冷やしておく。パン粉は牛乳に浸しておく。
- ②ポウルに牛・豚合挽き肉と①の材料を入れ、塩・こしょう、ナツメグを加え、粘りがでるまで混ぜる。
- ③②で混ぜたものを、両手でキャッチボールをする感じで中の空気を抜き、中央をくぼませ成形する。
- ④成形したハンバーグを焼き、上にピザ用チーズをのせてフタをする。
- ⑤レタス、トマトは付け合せの野菜として、盛り付けに使用する。



健康 レシピ

各施設では、管理栄養士の献立により、栄養並びに利用者さんの身体状況および嗜好を考慮した食事を提供しています。その献立の中から健康にいい食事を紹介します。

特別養護老人ホーム第2とよた苑
管理栄養士 近藤 幸代

【ワンポイントアドバイス】
レンコンを、半分はすりおろし、半分は小さめの乱切りにすると、さらに食感がアップします。

肉、炒めたたまねぎは冷やしておく。(肉が温かくなると脂分が溶け出し、粘りがなので気をつけてください。)みなさんの健康管理は、まず食事からです。普段とりにくい食物繊維を手軽にとることができ、便秘予防の他にも、血糖値の上昇抑制、コレステロールの吸収抑制にも効果があります。レンコンの他にもごぼう、ひじきもお勧めです。是非、一度お試しください。

編集後記

早いものでもう7月、真夏の到来です。7月といえば、みなさんは何を連想されますか。梅雨が明けるとは、雨の日が多く、ジメジメが続きます。どうしても気持ちが落ち込みがちです。

夏になると、海水浴、盆踊り、花火大会など各種イベントが盛りだくさんで、ギンギンに冷えたビールもおいしい季節ですね。今から盛夏に備えて体力作りをおきたいものです。

この広報紙に掲載した個人情報、ご本人もしくはご家族の同意を得て掲載しています。