令和2年(2020年) NO.30

社会福祉法人 聖愛会 石名坂聖孝園

〒319-1225 日立市石名坂町2-16-1 TEL: 0294(32)7211 FAX: 0294(32)7221 E-mail:ishinazaka-seikoen@air.ocn.ne.jp 特別養護老人ホーム・ショートステイ

居宅介護支援センター・デイサービス

薫風の候、皆様お元気でお過ごしでしょうか。世間では新型コロナウィルスが拡大し、全国にも緊急 事態宣言が出され、皆様も大変ご不便な日々をお過ごしかと思います。

坂聖孝園だより

当園では、4月にお花見バスハイクを実施致しました。車から降りずに、車内から満開の桜を眺めて 頂き皆様とても楽しんでいたご様子でした。

自粛規制の状況でも屋内で少しでも皆様に楽しんで過ごして頂けるよう、各ユニットやデイサービス で料理教室やバーベキュー、園芸など施設内活動に力を入れているところでございます。

新型コロナウィルスも大変心配ではございますが、朝夕の寒暖差も大きくなる時期になりますので、 皆様の体調管理には十分注意し、健やかに過ごして頂けるよう努めてまいります。

6月の行事予定

☆パーベキュー予定

※その他、随時、各ユニットにて 誕生会等、お楽しみ活動を開 催致します。

特別養護老人ホーム

【お花見ドライブ】

4月2日(木)3日(金)、桜のお花見ドラ イブに日立の平和通り~神峰公園にお出 かけいたしました。新型コロナウイルス感染 症が流行している為、車から降りずに車内 から満開の桜を「きれいね! | 「満開だわ | と皆様笑顔で観賞されていました。

園に戻ってからは地域交流ホールにて焼 肉を召し上がって頂きました。お肉の焼け るいい匂いにつられ普段は食の細い方も 「おかわり」、「美味しい」と、たくさん食べて 下さいました。

来年は外に出て桜を楽しましょう!

同で誕生会を開催致しました。

も沢山召し上がっていました。

本当におめでとうございます!

調理、皆様「美味しい、美味しい」と口・ 杯に頬張り、普段は食の細い入居者様



【三味線演奏会】

ディサービスセンタ

三味線の先生をされていた利用者様に昔懐 かしい民謡を数曲、演奏して頂きました。

皆様より「聞いたことあるね」「演奏が素晴ら いね」など様々な声が上がり、演奏に合わせ て楽しく歌いました。



【お楽しみプリン大会】

4月25日に手作りバケップリンを準備し、職員 よるパフォーマンスを開催致しました。

四等分にした巨大プリンを二人羽織や割り箸 小さなフォークにストローと各職員が得意とする 食べ方での早食い競争。

勢いに任せ咽る職員や口には入らず頭に乗り てオシャレを楽しむ職員など、大きな声援と笑し 声で大変な盛り上がりを見せました。

また、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。





【デイサービス管理者より】 頑張って!小さな畑を作ってみました!

【 翡 翠・琥 珀 誕 生 会 】 4月25日(土)に翡翠・琥珀ユニット合 ホットケーキミックスを使って「どら焼き」を



特養老人ホームの勤務は初めてなので奮闘の

日々を送っておりますが皆様に教えて頂きなが

ら頑張りたいと思いますのでどうぞよろしくお願

【介護職員】大内 順一(オオウチ ジュンイチ)







5月 テイサービス行事予定

4日 焼肉バーベキュー 8,13,19,28,30日 映画観賞会

5日 柏餅作り 9日 生け花教室

14日 利用者様懇談会

18,20日 フレンチトースト作り 29日 ポテトサラダ作り

23日 お茶会



これまで特別養護老人ホームで働いていた期間が 長いので、その経験も活かし、皆様と協力しながら、楽 しく仕事をして行きたいと思います。

【介護職員】渡邊 俊道(ワタナベトシミチ)

◎ ご家族様へのお願い ◎

い致します。

当園では、厚生労働省の通達により感染経路の遮断という観点から、しばらくの間ご家族様等全てのご面会をご遠慮して頂いており ます。ご不便をおかけ致しますが、皆様のご理解、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。なお、期間につきましては世間での感染 症の終息状況に伴い改めてご連絡させて頂きます。



予定献立(5/10~6/9まで)



→ アルト (3/10~6/9まで)							
日付	朝	昼	タ	日付	朝	昼	タ
5/10 (日)	肉団子のうま煮 割干大根のお浸し	タラのマスタード焼き インゲンソテー 中華風和え	麦とろご飯 厚揚げ野菜炒め 五目豆煮豆	11	鰯のつみれ煮 モロヘイヤのお浸し	豚味噌炒め ひじき入り玉子焼き ゆかり和え	タラの野菜あんかけ 厚揚げの煮物 もずく酢
5/11 (月)	がんもの煮物 おくらのおかか和え	カルボナーラ ほうれん草のキッシュ フルーチェ	サバの味噌煮 生姜炒め ごま昆布	5/27 (水)	納豆 さつま揚げの炒め煮	魚の梅照り焼き こんにゃくのピリ辛煮 ツナマ3和え	麦とろご飯 しぐれ煮 青菜と卵の炒め物
5/12 (火)	ロールパン 野菜のクリーム煮 ブロッコリーサラダ	メバルの煮付け じゃこ炒め ポテトサラダ	鶏パプリカ焼き かぼちゃ小倉煮 切干の柚子風味	II '	にしん甘露煮 おろし和え	肉そば 竹輪の磯部揚げ バナナ	カレイの煮付け もやし炒め わさび和え
5/13 (水)	ししゃも きのこと小松菜の胡 麻和え	親子丼 揚げ出し豆腐 しば漬け	魚の七味照り焼き ひじきの煮物 ポン酢和え	5/29 (金)	五目信田煮 プリーの胡麻和え	☆セレクトメニュー☆ スパゲティーミートソース 又は山菜スパゲティー 金平ポテト、いちごムース	鶏長いもつくね ごぼう土佐煮 金時豆
5/14 (木)	納豆 ウインナーソテー	サケのムニエル ケチャップソテー ツナサラダ	豚肉のおろしかけ ぜんまい炒り煮 白桃缶	11 '	五目卵焼き しその実和え	鶏肉味噌マヨ焼き 含め煮 青ドレ和え	ブリの照り焼き ザーサイ炒め みかん缶
5/15 (金)	中華あんかけ玉子 しその実和え	回鍋肉 海老しゅうまい マンゴー	白身魚の幽庵焼き 青菜の炒め物 マ3和え	5/31 (日)	ロールパン チーズスクランブルエッグ ツナサラダ	魚の治部煮 五目卯の花 酢の物	焼肉風 じゃが芋のコンソメ煮 中華和え
5/16 (土)	野菜角煮の煮物 ささげのお浸し	赤魚の粕漬焼き キャベツの旨煮 大根サラダ	鶏の梅照り焼き さつまいもの甘煮 フレーク和え	6/1 (月)	ハムとほうれん草の炒 め物 おからサラダ	豚冷しゃぶ風 蓮根こんにゃく煮 辛子和え	魚の磯辺焼き 生揚げの高菜炒め 切干の白和え
5/17 (日)	はんぺんのマヨ焼き 菜の花の辛し和え	ポークカレー タラモサラダ フルーツポンチ	鯵のねぎ味噌焼き 大根のカニあんかけ 生姜醤油和え	6/2 (火)	チキンボールの土佐煮 小松菜のじゃこ和え	サバの塩焼き 生姜炒め かくや和え	ゆで鶏練り味噌かけ 白菜と鮭缶の煮物 シーフードサラダ
5/18 (月)	黒糖パン オムレツ ドレ和え	鮭のマヨネーズ焼き ビーフン炒め ピーナツ和え	豆腐ハンバーグ じゃが芋土佐煮 高菜漬け	6/3 (水)	豆腐真丈の煮物 オクラのおかか和え	八宝菜 しゅうまい 酢味噌和え	メバルの煮付け 塩炒め 茄子のめんつゆ和え
5/19 (火)	海老団子の煮物 おからサラダ	豚の生姜焼き風 竹輪と大根の炒め煮 水菜のサラダ	魚の香草パン粉焼き しらたきのたらこ炒め うずら豆	6/4 (木)	豚と春雨の中華風 青菜のお浸し	ドライカレー ハムサラダ パインヨーグルト	鮭のチーズ焼き さつまいも甘露煮 しその実和え
5/20 (水)	チキン照り焼き風カニ風味サラダ	味噌ラーメン ニラ玉 オレンジ	白身魚のチーズ焼き 細切り昆布の煮物 たくあん和え	11	ハムソテー 卯の花	アジの南蛮漬け 五目大豆煮 わさび和え	鶏の豆板醤焼き ぜんまい炒め煮 海苔佃煮
5/21 (木)	納豆 野菜卵とじ	サワラの山椒焼き 切干大根の炒め煮 さつまいもサラダ	豚肉野菜巻き 揚げ茄子 しらす和え	11 '	納豆 野菜炒め	タンドリーチキン はんぺんの煮 ワカメサラダ	サワラの山椒焼き 里芋の柚子味噌煮 ツナマ3和え
5/22 (金)	豚ひき肉の炒め煮 お浸し	鶏の照り焼き はんぺんの煮物 酢の物	麦とろご飯 ホッケの塩焼き アスパラの炒め物	6/7 (日)	黒糖パン ミートオムレツ ポン酢和え	タラのマスタード焼き 大根のスープ煮 豆腐サラダ	野菜ソース炒め かぼちゃ小倉煮 洋ナシ缶
5/23 (土)	豆腐真丈の煮物 菜の花の辛し和え	魚のトマトソースかけ マカロニのスープ煮 シーザーサラダ	プルコギ風 ツナ大根煮 ねり梅	6/8 (月)	鰯の生姜煮 海藻サラダ	きつねうどん 海老しんじょう ピーナツ和え	焼き餃子 さつま揚げの煮物 マカロニサラダ
5/24 (日)	二色パン 目玉焼き風 オクラサラダ	鶏竜田揚げ 田舎煮 胡麻和え	魚のしそごま焼き あんかけ豆腐 ほうれん草の白和え	11 '	ニラ玉 モロヘイヤのお浸し	煮込みハンバーグ 白菜と海老の中華煮 カニ風味サラダ	鰆の西京焼き ビーフンソテー 酢の物
1 '	肉団子の柚子風味なめ茸和え	鮭たまご丼 豚バラと大根の煮物	鶏のケチャップ。煮 ニラ炒め	※記載されている他に、ご飯と味噌汁が付きます。 都合により献立が変更になることがあります。ご了承下さい。			

酢みそ和え ★ 4月の セレクトメニュー ★

く 海老ピラフ >

(月)

く チキンライス >

しそ昆布

今月は今が旬の「豆苗」についてお話しします。 豆苗は、さまざまな栄養をバランスよく含んでおり、50gで女性が1食 で摂るべきビタミンKを十分に、ビタミンA、葉酸、ビタミンCの7割以上を 摂取することができます。ビタミンKは骨の形成を助けるビタミンで、骨 折の予防に効果があると考えられています。ビタミンAは、油と一緒に 取ることで、栄養の吸収率がグンと上がります。 ビタミンCは短時間で 加熱調理をすると、損失が少なくてすみます。油を使った炒め物はビタ ミン類を効率的に吸収できるため、お勧めです!

管理栄養士 河合