

石名坂聖孝園だより



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

梅雨も明け暑さが厳しい今日この頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。利用者様におかれましては、暑さに負けず普段とお変わりなく過ごしていただいております。今年度の納涼祭は感染症対策に伴い、ご家族の皆様や外部ボランティアの参加をご遠慮いただく事となっていました。しかし、利用者様に楽しんでいただき、思い出に残る納涼祭を開催できるよう職員一同一丸となり努めさせていただきます。新型コロナウイルスの第二波と思われる感染の拡大や大雨などの自然災害等まだまだ安心は出来ませんが、職員一同、利用者様の安全、体調管理はもちろんのこと、当園で楽しい日々を過ごしていただけるよう精一杯努めてまいります。皆様のご健康を心からお祈りいたします。

9月の行事予定

★敬老会

※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

【夏の涼かき氷お楽しみ会】

7月12日(日)に職員3名でかき氷屋さんをオープン致しました。

種類は「イチゴ・メロン・レモン・グレープ・あずき抹茶」をご用意させて頂き、各ユニットへ訪問販売！「かき氷なんてなかなか食べられないね」等のお声が聴こえ、召し上がると「美味しい！」「口の中がさっぱりするね」とイチゴ・あずき抹茶が売れ行きが良く、満足された様子でした。

味覚だけでなく視覚や冷たき季節を感じて頂いて「涼」を楽しんで頂けたのではないかと感じております。



【 ☆七夕 ☆ 】

1日遅れですが、7月8日(水)に入居者様と一緒に七夕の飾りつけを行いました。

七夕のお飾りはデイサービスの利用者様によって頂き、とても豪華な物ばかり！一緒に飾り付けを行った皆様からは「とっても綺麗だね」「夏を感じるね」などのお声を頂きました。また短冊には「健康第一」や「美味しい物をいっぱい食べたい」などの願いが書いてある中「コロナがなくなりますように」という願いが特に印象的でした。



新人職員紹介



7月から医務室でお世話になっている山口恵子と申します。焦らず、笑顔で皆様に接し穏やかに過ごして頂けるよう努めて参りたいと思っています。よろしくお祈り致します。

【看護職員】山口 恵子

デイサービスセンター

【名物！石名坂聖孝園カレー】

今回は石名坂聖孝園畑の採れたて新鮮野菜をふんだんに使った夏野菜カレーを皆様に作っていただきました。

流石、主婦大先輩の皆様！手慣れた手つきと熟練の技で作る方、出来上がるの楽しみに眺め、食べる専門の方と様々な役割の中出来上がったカレーは、食欲をそそる色合いや香り、味も絶品！とても美味しく頂きました。



【夏の風物 流しそうめん】

7月18日(土)は地域交流ホールにて流しそうめんを開催致しました。

竹の加工に数日、流し台の組み立て数時間と施設長、デイ管理者二人で皆様の笑顔の為、頑張りました。

当日は、梅雨も明けず寒い中の「流しそうめん」となりましたが、そうめんや蕎麦、うどんの他、トマトやブドウ、アーモンドチョコ等の変わり種を含め、始まってしまえば寒さなんて、どこ吹く風と皆夢中になって流しそうめんを堪能されていた様子でした。

また、ホタテやエビを使った豪華揚げたてのかき揚げを召上がって頂き「お腹いっぱいだよ」「楽しかった。またやってね」とご満悦の声をたくさん頂きました。



8月 デイサービス行事予定

1日	餃子パーティー	7日	バナナの日
8日	誕生日会	10、19、22日	映画orライブ鑑賞会
11日	利用者様懇談会	12、13日	スイカ割り大会
14、15日	カラオケ大会	28、29日	夏祭り

予定献立(8/10~9/9まで)

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
8/10 (月)	五目信田煮 ささげのお浸し	冷やしたぬきそば 若竹煮 オレンジ	サバの味噌煮 田舎煮 梅ちぎり和え	8/26 (水)	中華あんかけ玉子 煮浸し	鱈の照り焼き ぜんまい炒め煮 チキンの胡麻サラダ	鶏肉味噌マヨ焼き れんこんきんぴら フレーク和え
8/11 (火)	ウインナーソーテー おからサラダ	ゆかりご飯 チキンはちみつ焼き かぼちゃ甘煮、冷奴	魚の野菜あんかけ ひじき入り玉子焼き 青ドレ和え	8/27 (木)	納豆 豚ひき肉炒め煮	中華丼 じゃが芋たらこ炒め なめ茸おろし	赤魚の粕漬焼き ごぼう土佐煮 卵豆腐
8/12 (水)	納豆 さつま揚げの炒め煮	赤魚の塩焼き 麻婆春雨 小松菜と桜菜の煮浸し	豚のしょうが焼き 蓮根こんにやく煮 しば漬	8/28 (金)	がんものうま煮 割り干し大根のお浸し	魚のガーリックパン粉焼 ポークビーンズ 南瓜サラダ	豚のすりごま焼き ツナ大根 もずく酢
8/13 (木)	はんぺんバター焼き からし菜のお浸し	親子丼 ツナじゃが ももヨーグルト	白身魚の幽庵焼き ひき肉ともやし炒め スパゲティサラダ	8/29 (土)	ハムと野菜のソーテー 大根と人参の甘酢和え	回鍋肉 カニカマロール フルーチェ	魚のトマトソースかけ 野菜スープ煮 煮豆
8/14 (金)	肉団子のうま煮 モロヘイヤのお浸し	サワラの味噌焼 冬瓜カニあんかけ 海苔和え	鶏パプリカ焼き 竹輪とごぼうの炒め煮 洋ナシ缶	8/30 (日)	高野豆腐煮 オクラのおかか和え	☆納涼祭☆ キマカレー焼きそば 豚汁...等々	豚キムチ さつま芋甘露煮 くるみ和え
8/15 (土)	二色パン オムレツ チーズ入りサラダ	鶏つくね甘辛だれ 五目豆煮豆 辛子和え	魚の梅照り焼き インゲンソーテー 切干の白和え	8/31 (月)	卵とじ モロヘイヤのお浸し	ポークシチュー ほうれん草のバターソーテー ピーチムース	魚の外割りス掛け 刻み昆布煮 シソの実和え
8/16 (日)	野菜角煮 ほうれん草の和え物	魚のおろし煮 なす田楽 ごぼうサラダ	麦とろご飯 味噌煮込み ザーサイ炒め	9/1 (火)	チキンボール照焼風 ゆかり和え	蒸し鮭の杓付ソースかけ ペペロンチーノ フレンチサラダ	豚肉野菜巻き 海老団子の煮物 黄桃缶
8/17 (月)	イワシ梅煮 塩昆布和え	煮込みハンバーグ ジャーマンポテト バナナ	魚の磯辺焼き 五目卵の花 なめ茸和え	9/2 (水)	黒糖パン スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ	鶏肉のトマトソース きんぴらポテト マカロニサラダ	ホッケの塩焼き 茄子のカレー炒め 菜の花の辛子和え
8/18 (火)	納豆 海老と白菜の中華煮	アジフライ 里芋のそぼろ煮 酢の物	厚揚げの野菜炒め 大根土佐煮 三色煮豆	9/3 (木)	納豆 きんぴらごぼう	赤魚野菜あんかけ しらたきのたらこ炒め わかめサラダ	鶏肉の豆板醤焼き 五目豆煮豆 ほうれん草の白和え
8/19 (水)	ウインナーソーテー オクラゆば和え	ポークカレー シーザーサラダ 杏仁豆腐	メバルの煮付け あんかけ豆腐 マヨ和え	9/4 (金)	厚焼き玉子 小松菜のじゃこ和え	塩タンメン エビシウマイ オレンジ	鮭のマスタード焼き バター醤油炒め 漬物
8/20 (木)	豚と春雨の中華煮 しらす和え	冷やし中華 揚げ茄子 みかんヨーグルト	鶏肉のパン粉焼き じゃが芋煮 わさび和え	9/5 (土)	豆乳まる揚げ 磯和え	照焼きハンバーグ 千草焼き ポン酢和え	メバルの煮付け いんげんのきんぴら 梅ちぎり和え
8/21 (金)	ニラ玉 小松菜のじゃこ和え	白身魚の酢豚風 エビシウマイ ナムル	魚のしごま焼き がんもの煮物 高菜漬	9/6 (日)	里芋そぼろ煮 しらす和え	麻婆豆腐 海老しんじょう 棒々鶏	魚のもろみ焼き 豚バラと大根の煮物 煮豆
8/22 (土)	はんぺんマヨ焼き 菜の花の辛子和え	魚のムニエル ナポリタン 大根サラダ	肉豆腐 ひじきの煮物 ピーナツ和え	9/7 (月)	はんぺんのバター焼き からし菜のお浸し	鱈のねぎ味噌焼き 高菜炒め 華風和え	麦とろご飯 けんちん煮 なべしぎ
8/23 (日)	柚子おろしミートボール カニ風味サラダ	鶏肉焼肉たれ焼き アスパラソーテー 冷奴	白身魚の菜種焼き 大根の海老あんかけ パイン缶	9/8 (火)	柚子おろしミートボール のり和え	チキンカレー ほうれん草のキッシュ パインヨーグルト	鮭のレモン醤油焼き はんぺんの煮物 もずく酢
8/24 (月)	ロールパン 野菜のクリーム煮 海藻サラダ	麦とろご飯 メバルの西京焼き 厚揚げ甘辛煮	豚のしょうが焼き 切干大根煮 煮豆	9/9 (水)	納豆 ウインナーソーテー	秋刀魚の塩焼き ビーフン炒め かやく和え	豚のしょうが焼き かぼちゃ甘煮 洋ナシ缶
8/25 (火)	豆乳真丈の煮物 ほうれん草のお浸し	ブルゴギ風 かぼちゃ小倉煮 酢味噌和え	鮭のチーズ焼き ビーフンソーテー 茄子のつゆ和え	※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。			

今回は旬を迎える「オクラ」についてご紹介します。オクラは他の野菜と比べて、ビオチンが多く含まれています。ビオチンは三大栄養素(炭水化物、たんぱく質、脂質)の代謝をサポートし、皮膚や髪を健康を保つ効果があります。また、オクラのネバネバ成分には、ガラクトサン、アラバン、ペクチンなどといった食物繊維が含まれています。便秘を予防・解消する効果があるとされています。さらに、ペクチンにはコレステロールを抑制する作用があるため、血糖値が高い方には摂っていただきたい栄養素です。管理栄養士 河合

クックパッドより、おすすめメニューをご紹介します！

さっぱり塩そうめん



- ☆材料(1人前)
- ・そうめん:1束
- 鶏ガラスープの素 大さじ半
- ごま油:大さじ1
- 塩:小さじ半
- にんにくチューブ:少々
- 熱湯:200cc

- ①☆を全部混ぜて冷蔵庫で冷やしておく。そうめんを湯がく。
- ②お皿にそうめんを入れ冷やしておいたつゆをかけ、お好みの具材を盛り付ける。

◎ご家族様へのお願い◎

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いただきます。