



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

# 石名坂聖孝園だより

日差しも徐々に強くなり汗ばむ日も多くなってまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。ご入居者様におかれましては新型コロナウイルス等の感染症にも負けず、窓の外を眺めながら、「大分暖かくなったわね」と、季節が変わってきたことを実感し、毎日を健やかに過ごされております。今月から入居者様、職員への第一回目となる新型コロナウイルス感染症に伴うワクチン接種が開始となります。予定といたしましては、8月末までに第二回目を含む新型コロナウイルス感染症に伴うワクチン接種を終了させることを目標としております。まだまだ気が抜けない日々が続いておりますが、ご入居者様が一日でも多く、笑顔のあふれる日々を過ごせるよう努めてまいります。感染症対策等でご心配・ご迷惑をおかけ致しますが、今後ともご支援ご協力のほどよろしくお願い致します。

## 5月の行事予定

- ・アイスクリームバイキング
- ※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

### お花見ドライブツアー

4月5日(月)、6日(火)の2日間でお花見ドライブツアーを開催しました。1日目はあいにくの雨でしたが日立平和通りの桜を鑑賞し「雨の桜もキレイね。」と話されておりました。雨の為、外には出れませんが、車中では笑い声が満開でした。2日目は天気にも恵まれ十王ダムまで足を延ばし、外で写真撮影もできました。桜は残念ながら満開ではありませんでしたが、皆様久しぶりの外出で笑顔が満開でした。



### お花見食事会



4月27日(火)に花見食事会とフラダンスショーを開催致しました。各ユニットで、エビ・シイタケ・かにかま・大葉・かぼちゃの天ぷらを調理し、入居者の皆様に揚げたての天ぷらを堪能して頂きました。皆様、「とても美味しいね」「揚げたてはいいね。嬉しい」と喜ばれている声がたくさん聞こえてきました。午後には、桜の花のような綺麗なダンスによるフラダンスショー！「上手！」「きれいだね」「かわいいね」と皆様のテンションも上がっておりました。とても楽しい充実した一日になりました。

## デイサービスセンター

### 子どもの成長を願って

4月の作品づくりでは「鯉のぼり」を制作致しました。作業中は職員に作り方を何度も確認する方やこだわりを持って同席の方に説明する方、お互いに協力して進める方等、様々でした。そこには、お孫さんや曾孫さんにプレゼントすると言って熱心に取り組まれる姿がありました。大切に持ち帰って頂いた「鯉のぼり」、大切な方に喜んで頂けたら幸いです。



### 藤棚観賞ツアー



藤の花が各所で見頃を迎える中、帰りの送迎に合わせて「藤棚鑑賞」を行いました。場所は増井町にある本多巨峰園の一角、畑一面に広がる満開の藤棚は香りも良く絶景の一言。また、幸いにしてタイミングが良く貸し切りとなった為、希望する方は車から降りて満喫して頂きました。皆様より「こんな近くに見事な藤があったのか」と驚きの声が多く寄せられました。来年もまた、藤棚観賞を楽しみましょう！

## 5月 デイサービス行事予定

- 1日 兜づくり
- 3日 お茶会
- 4日 サイコロステーク
- 5日 柏餅づくり
- 8日 作品づくり
- 13日 誕生日会
- 14、29日 映画鑑賞会
- 27日 利用者様懇談会

## 新入職員紹介



皆様の健康を食の面からサポートし、日々のお食事を楽しみの一つとして感じていただけるよう努めてまいります。

【管理栄養士】 小川 由華 (オウ ユカ)



安心して日常生活を送って頂けるように、医療面・生活面から援助させて頂きたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

【看護職員】 両貝 明美 (アマカイ アケミ)

## ご家族様へのおお願い

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。



## 予定献立(5/10~6/9まで)



日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
5/10 (月)	ウイナー 割り干し大根のお浸し	タラのマスタード焼き インゲンソテー 華風和え	とろろご飯 厚揚げ野菜炒め 五目豆煮豆	5/26 (水)	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 (火)	納豆 オクラのおかか和え	おろしハンバーグ じゃこ炒め かぼちゃサラダ	タラの照り焼き 生姜炒め 桜漬	5/27 (木)	納豆 さつま揚げの炒め煮	魚の照り焼き 里芋の煮物 ツナマヨ和え	麦とろごはん しぐれ煮 青菜と卵の炒め物
5/12 (水)	ロールパン 野菜のクリーム煮 ブロッコリーサラダ	オムライス チーズ入りサラダ オレンジ	鶏パプリカ焼き かぼちゃ小倉煮 切干の柚子風味	5/28 (金)	にしん甘露煮 おろし和え	豚冷しゃぶ風 蓮根こんにやく煮 辛し和え	カレイの煮つけ もやし炒め わさび和え
5/13 (木)	鮭の塩焼き きのこ小松菜の胡麻和え	親子丼 あんかけ豆腐 しば漬	サワラの山椒焼き ひじきの煮物 ポン酢和え	5/29 (土)	五目信田煮 ブロッコリーの胡麻和え	☆セレクトメニュー☆ A.スバゲティミートソース B.山菜和風スバゲティ	鶏長いもつくね ごぼう土佐煮 金時豆
5/14 (金)	納豆 ウイナーソテー	サケのムニエル ケチャップソテー ツナサラダ	豚肉のおろし炒め ぜんまい炒り煮 白桃缶	5/30 (日)	五目卵焼き シソの実和え	鶏肉味噌マヨ焼き 含め煮 青ドレ和え	プリの照り焼き ザーサイ炒め みかん缶
5/15 (土)	中華あんかけ玉子 シソの実和え	回鍋肉 エビシユウマイ マンゴー	白身魚の幽庵焼き 青菜の炒め煮 マヨ和え	5/31 (月)	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 五目卵の花 酢の物	焼肉風 じゃが芋コンソメ煮 中華和え
5/16 (日)	野菜角煮の煮物 ほうれん草の白和え	ブリ大根 野菜ソテー 大根サラダ	野菜肉巻き さつまいもの甘露煮 フレーク和え	6/1 (火)	ほうれん草炒め おからサラダ	肉そば かくや和え バナナ	魚の磯辺焼き 生揚げの高菜炒め 切干の白和え
5/17 (月)	はんぺんマヨ焼き 菜の花辛し和え	ポークカレー タラモサラダ フルーツポンチ	鮭の幽庵焼き 大根のカニあんかけ 生姜醤油和え	6/2 (水)	納豆 小松なのじゃこ和え	サバの塩焼き 生姜炒め かくや和え	鶏肉くわ焼き 野菜の煮物 シーフードサラダ
5/18 (火)	黒糖パン オムレツ ドレ和え	豚キムチ 切り干し大根煮 ピーナツ和え	豆腐ハンバーグ野菜あんかけ じゃがいも土佐煮 高菜漬	6/3 (木)	ウイナー オクラのおかか和え	八宝菜 しゅうまい 酢味噌和え	メバルの煮つけ 塩炒め 茄子のめんつゆ和え
5/19 (水)	ウイナー おからサラダ	豚しょうが焼き風 竹輪と大根の炒め煮 水菜のサラダ	赤魚の塩焼き しらたきのたらこ炒め うずら豆	6/4 (金)	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 バインヨーグルト	鮭のチーズ焼き さつまいも甘露煮 シソの実和え
5/20 (木)	チキン照焼風 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 厚揚げ甘辛煮 切り干しゆず和え	6/5 (土)	ハムソテー 卵の花	アジの南蛮漬 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 (金)	納豆 野菜卵とじ	サワラの山椒焼き 切り干し大根とベコンの炒め煮 さつま芋サラダ	豚肉野菜巻き 揚げなす しらす和え	6/6 (日)	納豆 野菜炒め	回鍋肉 エビシユウマイ マンゴー	サワラの山椒焼き 里芋の柚子味噌煮 ツナマヨ和え
5/22 (土)	豚ひき肉の炒め煮 お浸し	鶏の梅肉焼き はんぺんの煮物 酢の物	麦とろごはん 魚の磯辺焼き アスパラのバター醤油炒め	6/7 (月)	黒糖パン 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 (日)	豆腐真丈の煮物 菜の花辛し和え	サワラの南部焼き ふきと筍の土佐煮 ドレッシング和え	ブルコギ風 ツナ大根煮 ねり梅	6/8 (火)	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 (月)	二食パン 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 キャベツ煮浸し ほうれん草の白和え	6/9 (水)	ニラ玉 モロヘイヤのお浸し	チーズハンバーグ もやしソテー カニ風味サラダ	鯖の西京焼き ビーフソテー 酢の物
5/25 (火)	肉団子柚子風味 白菜の和え物	鮭たまご丼 里芋の柚子味噌煮 和風サラダ	鶏のケチャップ煮 ニラ炒め 桜漬	※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。			

【問題】主に「底引き網漁」によって、1~5月に獲れる海産物は何でしょう。

【答え】イカ(ヤリイカ)

茨城沖は、ヤリイカの一大漁場です。イカは硬くて食べにくさを感じてしまう方には、火を通して身が柔らかく煮ても焼いても食べやすく美味しくヤリイカがお勧めだそうです。

いばき食と農のポータルサイトより引用

今回は、これからの時期にぴったりの生姜についてお話しします。

そろそろ新生姜が旬を迎える時期となりますが、生姜には体を温め免疫力を向上させたり 食欲を増進させたり、強い殺菌作用を持つなど身体に良い栄養が含まれています。ジメジメして気温が上下しやすく、何かと不調を感じやすくなる梅雨以降、ぜひ食卓へ取り入れてみてください。

管理栄養士 小川由華