



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: ishinzaka-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

梅雨も明け、猛暑の日々が続く今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか。利用者の皆様は夏の暑さにも負けず、お元気な笑顔と笑い声で過ごされております。8月には納涼祭を計画しております。昨年同様、新型コロナウイルス感染症の影響により外部からのご来園者等は禁止させて頂き、施設職員・ご利用者のみでの実施となりますが、これまで以上に素晴らしい納涼祭を職員一同準備しております。皆様にはご心配・ご迷惑をおかけしておりますが、ご理解とご協力の程、宜しく申し上げます。また、再度の新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言下によりまだまだ先の見えない状況ではありますが、ご家族の皆様もお身体には充分お気を付けてお過ごしください。

8月の行事予定

※納涼祭 29日(日)

※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

【七夕短冊】

7月7日七夕の日に利用者様が願いを込めて書いた短冊を作成！笹の葉に飾り付けました。「何にしようかな」等とたくさんお考え、それぞれの願い事が飾られ、素敵な笹の葉が完成いたしました。飾る際も「上の方がいい」「外から見える所が良い」等、皆様お気に入りの場所を見つけ大忙し。年に1度の七夕の日を皆様楽しそうに過ごされました。



【アイスクリーム屋さん】

7月13日(火)に施設全体行事といたしまして、ソフトクリーム屋さんを開催しました。おやつ時間に合わせて各ユニットを訪問し皆さんの前でソフトクリームを作成！目で見えて楽しんで頂き、ご自分の好きなトッピングを選んでもらいご提供しました。いつもトッピングする方や何もせずそのまま召し上がっている方もいらっしゃいました。皆さん「美味しい」「もっと食べたい」と笑顔で大満足のご様子でした。

【瑠璃ユニット誕生日会】

9日に7月生まれの入居者様の誕生日会を開催いたしました。今月誕生日の方は3名いらっしゃり職員より細やかながらプレゼントさせていただきました。中にはプレゼントをもらってうれし泣きされる方もいて終始、和やかな雰囲気でした。ケーキはあまりのおいしさに写真に収める間もなくあっという間に無くなってしまいました。来年もお元気に！



◎ 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頂きます。

デイサービスセンター

【本格!!流しそうめん】

昨年より一週間遅らせ梅雨明けでの開催となった流しそうめんを二日に分けてご堪能して頂きました。暑さが続く日々に体力を奪われ食欲もなくなっていく方が増える中、流れるそうめんに清涼を感じては食が進んだご様子でした。また、トマトやチョコ等の変わり種には掴み損ねては笑いが溢れておりました。更に注目すべきは副菜の天ぷらです。施設長や若き管理栄養士、環境のお姉様による揚げたて夏野菜のかき揚げや鶏のささ身はアツアツサクサクと心地良い音と美味しさでおかわりの声が絶えないほど、大満足されたご様子でした。



【パックで美しく】

お肌が乾燥しやすい夏、コロナ禍でのマスク着用が定着していることも肌トラブルに繋がっております。今回、肌トラブルを少しでも緩和できればと26日に行われた美容の日では顔パック等を実施致しました。特に男性には興味惹かれるものがあつたのか率先して使用され、互いの顔を見てはお腹を抱えて笑い合っておりました。

8月 デイサービス行事予定

- | | | | |
|------------|---------|------------|-----------|
| 2, 11, 28日 | かき氷作り | 3日 | バーベキュー |
| 5日 | 誕生日会 | 4, 12, 31日 | 映画鑑賞会 |
| 13, 14日 | スイカ割り大会 | 21, 30日 | フルーツポンチ作り |
| 23日 | 利用者様懇談会 | 26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(火)	五目信田煮 ささげのお浸し	冷やしためきそば 大根の煮物 パイン缶	魚の野菜あんかけ ひじき入り玉子焼き しば漬け	8/26(木)	中華あんかけ玉子 煮浸し	さわらの照り焼き ぜんまい炒め煮 チキンの胡麻サラダ	鶏肉味噌マヨ焼き ビーフソテー 洋ナシ缶
8/11(水)	ウインナーソテー おからサラダ	チキンはちみつ焼き かぼちゃ甘煮 冷奴	サバの味噌煮 田舎煮 かくや和え	8/27(金)	納豆 豚ひき肉の炒め煮	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(木)	納豆 さつま揚げの炒め煮	赤魚の塩焼き 麻婆春雨 小松菜と桜エビの煮浸し	豚しょうが焼き風 運根こんにやく煮 青ドレ和え	8/28(土)	がんものうま煮 割り干し大根のお浸し	魚のガーリックマヨパン粉焼き ポークビーンズ かぼちゃのサラダ	豚のすりごま焼き 大根かにあんかけ もずく酢
8/13(金)	はんぺんマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し	三色丼 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 マカロニサラダ	8/29(日)	ハムソテー 大根と人参の甘酢和え	☆納涼祭☆ キマールor焼きそば 豚汁...等々	魚のトマトソースかけ 野菜スープ煮 煮豆
8/14(土)	肉団子のうま煮 モロヘイヤのお浸し	サワラの味噌焼き 冬瓜か二あんかけ 海苔和え	鶏パブリカ焼き 竹輪とごぼうの炒め煮 洋ナシ缶	8/30(月)	納豆 オクラのおかか和え	魚のムニエル ほうれん草ソテー コールスローサラダ	回鍋肉 カニカマロール 黄桃缶
8/15(日)	二色パン オムレツ チーズ入りサラダ	鶏もろみ焼き 五目豆煮豆 ほうれん草のお浸し	魚の梅照り焼き インゲンソテー 切干の白和え	8/31(火)	卵とじ モロヘイヤのお浸し	ポークシチュー ほうれん草バターソテー ピーチムース	魚のタルタルソースかけ 刻み昆布煮 シソの実和え
8/16(月)	野菜角煮 ほうれん草と 油揚げの和え物	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(水)	チキンボール照焼風 ゆかり和え	さわらの山賊焼き マカロニソテー フレンチサラダ	豚肉野菜巻き 白菜とえび団子の煮物 くるみ和え
8/17(火)	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(木)	スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ	鶏のケチャップ煮 金平ポテト マカロニサラダ	サバの塩焼き 茄子カレー炒め オクラゆば和え
8/18(水)	納豆 海老と白菜の中華煮	アジフライ 里芋そぼろ煮 酢の物	厚揚げ野菜炒め 大根土佐煮 桜漬け	9/3(金)	納豆 金平ごぼう	白身フライ しらたきのたらこ炒め ワカメサラダ	鶏の豆板醤焼き 五目豆煮豆 みかん缶
8/19(木)	目玉焼き風 オクラゆば和え	ポークカレー シーザーサラダ 杏仁豆腐	メバルの西京焼き あんかけ豆腐 三色煮豆	9/4(土)	厚焼き玉子 小松菜のじゃこ和え	冷やしとろろそば エビシウマイ オレンジ	豚キムチ さつまいも甘露煮 漬物
8/20(金)	豚と春雨の中華風 しらす和え	冷やし中華 揚げなす みかんヨーグルト	鶏肉のガーリックパン粉焼き じゃが芋煮 わさび和え	9/5(日)	豆乳まる揚げ 磯和え	メバルの煮つけ 千草焼き ポン酢和え	麦とろご飯 けんちん煮 いんげんの金平
8/21(土)	ニラ玉 小松菜のじゃこ和え	チンジャオロース エビシウマイ ナムル	魚のしごま焼き 切干大根煮 高菜漬け	9/6(月)	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(日)	はんぺんマヨ焼き 菜の花の辛し和え	魚のムニエルきのこソース ナポリタン 大根サラダ	肉豆腐 ひじきの煮物 大根サラダ	9/7(火)	はんぺんバター焼き からし菜のお浸し	さわらのねぎ味噌焼き 高菜炒め 華風和え	照り焼きハンバーグ なべしぎ 梅ちぎり和え
8/23(月)	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 アスパラソテー 冷奴	白身魚の菜種焼き 冬瓜の海老あんかけ パイン缶	9/8(水)	柚子おろしミートボール のり佃和え	チキンカレー ほうれん草のキッシュ パインヨーグルト	赤魚の塩焼き はんぺんの煮物 もずく酢
8/24(火)	ロールパン 野菜のクリーム煮 海藻サラダ	麦とろご飯 メバルの煮つけ 厚揚げ甘辛炒め	豚しょうが焼き がんもの煮物 ピーナツ和え	9/9(木)	納豆 ウインナーソテー	白身魚のレモン醤油焼き ビーフ炒め かくや和え	豚しょうが焼き かぼちゃ甘煮 洋ナシ缶
8/25(水)	豆腐真丈の煮物 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	魚の磯辺焼き れんこんきんぴら 茄子のめんつゆ和え	※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。			

【問題】これから旬を迎え、県オリジナル品種の恵水をはじめとする丸い果物は何でしょう。※答えは、来月の石名坂聖孝園だよりをご覧ください。

【先月の答え】

- ①ペットボトル(症候群): たくさん汗をかいて喉が渇いたとき、嗜好飲料(コーヒー飲料、炭酸飲料・清涼飲料水・ジュース・果実飲料、スポーツドリンク)を飲みすぎると、気づかぬうちに血糖値が急上昇してしまいます。ペットボトルの飲み物をたくさん摂ることで急性糖尿病を招く事例が多くあることから、「ペットボトル」症候群とも言われます。夏場の水分補給は脱水予防のためとても重要ではありますが、甘い飲み物ばかりに偏らないよう意識してみるといいですね。
- ②常陸(牛): 常陸牛の肉質は、日本国内だけでなく海外でも高い評価を得ているそうです。またそのほかにも、日本三大しゃものひとつである奥久慈しゃも、県花「バラ」にちなんで名づけられたローズポーク、新たなブランド豚肉常陸の輝きなどもあります。 管理栄養士 小川 由華