10月景 令和3年(2021年) N0.46



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

気温差が大きく、植物等、自然の随所に秋の訪れを感じる今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか。利用者様 におかれましては、突然の寒さも跳ね返すくらい元気な日々を過ごされております。

9月19日には敬老会を開催し、笑顔と笑い声に包まれた敬老会となりました。 また、10月には季節の行事を感じ て頂きたく、ハロウィンパーティーを予定しております。

新型コロナウィルスの猛威が下火になりつつも、まだまだ予断を許されない日々が続いております。加えて寒さも日を追 うごとに厳しくなってきておりますが、利用者様の健康には十分注意し、元気に過ごして頂けるよう努めてまいります。 皆様におかれましても、新型コロナウィルス等に負けず健康に過ごされることを心からお祈り申し上げます。

# 10月の行事予定

・ハロウィンパーティー 各ユニット活動

※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。

セ

### 特別養護老人ホーム

### 【祝敬老会】

9月19日(日)に施設行事の敬老会を開催 致しました。交賀寿の方々は13名、百寿の方 は何と2名いらっしゃいました。 賀寿者の皆様に は壇上に上がって頂き、お一人ずつご紹介とお 祝いをさせて頂きました。中には「ありがとう!」と 涙を流される方もいらっしゃいました。

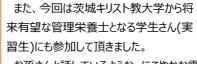
その後、石名坂聖孝園恒例・職員による南 中ソーランを披露させて頂くと皆様手拍子され 盛大な式典となりました。

その後は、協力ユニットに集まって頂き焼肉 パーティーを開催!「おいしい!」「いいお肉だ ね!」と皆様たくさん召し上がって頂くことが出 来ました。

来年もお元気にお祝いしましょう!







ディサービス

【 たこ焼きパーティー 】 食欲の秋を迎え、日頃より大好評の「たこ

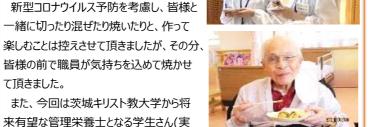
一緒に切ったり混ぜたり焼いたりと、作って

焼きパーティー」を開催致しました。

お孫さんと話しているような、にこやかな雰 囲気の中でたご焼きを一緒に召上っては会 話に花を咲かせておりました。

次回もお楽しみに!!

て頂きました。







### 【紅玉ユニットレク】

9月30日(木)に紅玉ユニットにて料理クラ ブ、栗ご飯・豚汁づくりを開催致しました。お 昼前より、炊き上がるご飯や、豚汁の香りに 「いい匂いがするよ!お腹が空いてきた

なぁ!早くちょうだい!」と出来上がる前から 皆様楽しみにされておりました。

お昼に皆様で召上ると「美味しい!久しぶ りに食べて懐かしいわ!」大絶賛!「おかわ り!もうすこし食べたい!!」と秋の味覚を 堪能されておりました。



## 【彼岸花ドライブ】

秋晴れが続いた9月末の数日、お帰りの 送迎の途中に常陸太田市にある源氏川 両岸堤防へ彼岸花観賞に行って参りまし

ほんの少しの時間に車内観賞のみという 状況で皆様にはもの足りない気持ちがあっ たかとは思います。

それでも堤防一面に広がる朱い絨毯と 青空のコントラストはとても見応えのある景 色で皆様から「連れて来てくれてありがと う」と満面の笑みでお言葉を頂きました。



新

紹

介

10月に入職しました鴨志田と申します。 以前は、介護老人老健施設に勤めていました。 ユニット型施設は初めてですが、精一杯頑張ります ので宜しくお願い致します。

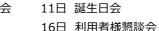
【特養介護職員】鴨志田 健司(カモシダケンジ)

### 6日、14日、30日 映画鑑賞会

15日 海鮮バーベキュー

18日 お月見

29日 運動会



10月 テイサービス行事予定

21日 焼き芋パーティー

### ◎ 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 <mark>ります</mark>。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、<mark>期間につきましては世間での感</mark> 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(10/10~11/9まで) 🌞



【先月の答え】 ツヤ コシ 點し

日付	朝	<b>F</b>	タ	日付	朝	<b></b>	ツヤ、コシ、粘り マ	
נום	ロールパン	味噌ラーメン	厚揚げ野菜炒め	עום 🗆	<u></u> 二色パン	魚のムニエルきのこソース	豚キムチ	
10/10(日)				10/26/41				
	目玉焼き風	カニカマロール	きんぴら	10/26(火)	オムレツ	アスパラソテー	あんかけ豆腐	
	ブロッコリーサラダ	おかか和え	胡麻和え		チーズ入りサラダ	かぼちゃサラダ	漬物	
10/11(月)	納豆 ほうれん草のお浸し	鶏照り焼き	サバの赤味噌焼き	10/27(水)	はんぺんバター焼き ブロッコリーの胡麻和え	たぬきうどん	チキンはちみつ焼き	
		ケチャップソテー	五目豆煮豆			海老しんじょう	ベーコンソテー	
		マセドアンサラダ	酢の物			オレンジ	煮豆	
10/12(火)		サンマの塩焼き	豚肉野菜巻き	10/28(木)	柚子おろしミートボール 塩昆布和え	きのこ炊き込みごはん	鶏のもろみ焼き	
		ごぼう土佐煮	白菜のクリーム煮			サバの塩焼き	カレー炒め	
		華風和え	ごま昆布			はんぺんの煮物	おからサラダ	
						梅和え	のかつソフタ	
10/13(水)	納豆海老と白菜の中華煮	肉団子の酢豚風	麦とろご飯	10/29(金)	鰯のつみれ煮 ささげのお浸し	サンマの塩焼き	プルコギ風	
		ニラ玉	メバルの煮付け			金平ポテト	白菜と海老の中華煮	
		パイン缶	じゃこ炒め		さらりのの友し	しらす和え	くるみ和え	
10/14(木)	はんぺんマ3焼き 菜の花辛し和え	さつま芋ご飯	サワラのねぎ味噌焼き		鮭の塩焼き  切干白和え	ポークカレー	魚のしそごま焼き	
		鶏肉のパン粉焼き	大根のカニあんかけ	10/30(土)		ほうれん草のキッシュ	なると煮	
		炒り豆腐 生姜醤油和え	ポン酢和え	, ==(=)		桃ヨーグルト	切干柚子和え	
		三色丼	白身魚の幽庵焼き			エビピラフ	鶏のねぎ塩焼き	
10/15(金)	シソの美札え	ニピ弁  さつま揚げの煮物	かぼちゃ小倉煮	10/31(日)	納豆 ウインナーソテー	クリームシチュー	野菜スープ煮	
				10/31(口)				
		フルーチェ	漬物			チーズ入りサラダ	洋梨缶	
10/16(土)	中華あんかけ玉子 しらす和え	ほうとう風	味噌煮込み	11/1(月)	野菜角煮 ほうれん草白和え	八宝菜	サワラの山賊焼き	
		さつまいも甘露煮	ザーサイ炒め			しゅうまい	ビーフン炒め	
		カニ風味サラダ	黄桃缶			酢味噌和え	シーフードサラダ	
10/17(日)	厚焼き玉子 煮浸し	ポークシチュー	赤魚の粕漬焼き	11/2(火)		タンドリーチキン	赤魚の塩焼き	
		きのこソテー	高野豆腐の含め煮			きのこソテー	筑前煮	
		タラモサラダ	フレーク和え		ツナサラダ	ごぼうサラダ	漬物	
10/18(月)	黒糖パン	タンドリーチキン	麦とろご飯	11/3(7k)	がんもの者物	照り焼きハンバーグ	ブリの照り焼き	
		ナポリタン	サワラの西京焼き			生揚げの高菜炒め	さつまいも甘露煮	
		青ドレ和え	サソフの四分焼さ 切り干し大根とひじきの煮物			大根サラダ	フレーク和え	
10/19(火)	納豆海老団子の者物	鶏そば			鮭の塩焼き 白和え	とろろそば	麦とろご飯	
			魚の香草パン粉焼き	11/4(木)				
		エビシュウマイ	大豆のトマト煮			カニカマロール	けんちん煮	
		バナナ	漬物			キャラメルプリン	白菜と鮭缶の煮物	
10/20(水)	やわらかチキン照り焼き 小松菜のじゃこ和え	豚しょうが焼き風	赤魚の塩焼き		ニラ玉 かくや和え	白身フライ	ゆで鶏の練り味噌かけ	
		ちくわきんぴら	ツナ大根	11/5(金)		大根のカニあんかけ	里芋そぼろ煮	
		ごま和え	三色煮豆		D A L-4HAC	わさび和え	ポン酢和え	
10/21(木)	豆乳まる揚げ ささげのお浸し	アジの南蛮漬け	鶏の梅照り焼き		納豆 野菜ソテー	天津丼	豚しょうが焼き風	
		五目卯の花	じゃがいも土佐煮	11/6(土)		ほうれん草中華炒め	じゃがいもたらこ炒め	
		おろし和え	白和え			オレンジ	しば漬け	
10/22(金)	納豆 大根と人参の甘酢和え	サバの味噌煮	鶏パプリカ焼き		厚焼き玉子かくや和え	魚のおろし煮	ブリの照り焼き	
		塩炒め	ひじき煮	11/7(日)		ニラ炒め	五目卯の花	
				11//(ш)				
		ポン酢和え	みかん缶			柚子和え	青菜と桜エビの和え物	
10/23(土)	イリシ梅煮 かめ昔和え	鶏の豆板醤焼き	魚の磯辺焼き	11/8(月)	柚子おろしミートボール ほうれん草と油揚げの和え物	タラのマヨネーズ焼き	肉豆腐	
		田舎煮	ふろふき大根			ジャーマンポテト	いんげんの金平	
		ピーナツ和え	煮豆			和風サラダ	もずく酢	
10/24(日)	立日信出急 めかの知え	カレイみぞれ煮	擬製豆腐	11/9(火)	ワインナーのり佃和え	揚げ鶏の葱ソースかけ	魚のもろみ焼き	
		ひじき入り玉子焼き	蓮根こんにゃく煮			きんぴら	豚バラと大根の煮物	
		春雨サラダ	もずく酢			ゆかり和え	漬物	
		☆セレクトメニュー☆	麦とろご飯					
10/25(月)	納豆	味噌カツ	メバルの西京焼き	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。				
10/23(/1)	野菜と豚肉の炊き合わせ							
		エビフライ	厚揚げの煮物					

さつまいもは、じゃがいもに比べて還元糖というものを多く含むため甘みがあり ます。ミネラルとしてはカリウム・カルシウムを含み、食物繊維やビタミンCも多く含 みます。また、さつまいもの切り口から出る乳液は、ヤラピンと呼ばれるものです。 このヤラピンには整腸作用があり、おなかの調子を整えます。

今回は、皮ごと食べられる「さつまいも金平」を紹介したいと思います!

茨城キリスト教大学栄養実習生 石井・門脇

【材料】 さつまいも 200g にんじん 1/2本 ごま油 大さじ2 しょうゆ 大さじ1.5

みりん 大さじ1 お酒 大さじ1

白ごま・七味 適量

3.フライパンにごま油を熱し、2.を中火で炒 める。

4.砂糖・お酒・しょうゆの順に入れ、よく絡 めながら水分を飛ばす。

1.さつまいもとにんじんを短冊切りにする。

2.さつまいもとにんじんは600Wで3分加熱。

5.お好みで白ごま・七味を振りかけ完成。

