10月号　令和3年（2021年）　N0.46

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

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。

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！

【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。

デイサービスセンター

【たこ焼きパーティー】

食欲の秋を迎え、日頃より大好評の「たこ焼きパーティー」を開催致しました。

新型コロナウイルス予防を考慮し、皆様と一緒に切ったり混ぜたり焼いたりと、作って楽しむことは控えさせて頂きましたが、その分、皆様の前で職員が気持ちを込めて焼かせて頂きました。

また、今回は茨城キリスト教大学から将来有望な管理栄養士となる学生さん(実習生)にも参加して頂きました。

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こ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！！

【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た。

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。

新職員紹介

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(ｶﾓｼﾀﾞ ｹﾝｼﾞ)

10月　デイサービス行事予定

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
11日　誕生日会
16日　利用者様懇談会
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（10/10～11/9まで）

【先月の答え】
ツヤ、コシ、粘り

日付	朝	昼	夕
10/10(日)	ロールパン 目玉焼き風 ブロッコリーサラダ	味噌ラーメン カニカマロール おかか和え	厚揚げ野菜炒め きんぴら 胡麻和え
10/11(月)	納豆 ほうれん草のお浸し	鶏照り焼き ケチャップソテー マセドアンサラダ	サバの赤味噌焼き 五目豆煮豆 酢の物
10/12(火)	がんもの煮物 ウインナー	サンマの塩焼き ごぼう土佐煮 華風和え	豚肉野菜巻き 白菜のクリーム煮 ごま昆布
10/13(水)	納豆 海老と白菜の中華煮	肉団子の酢豚風 ニラ玉 パイン缶	麦とろご飯 メバルの煮付け じゃこ炒め
10/14(木)	はんぺんマヨ焼き 菜の花辛し和え	さつま芋ご飯 鶏肉のパン粉焼き 炒り豆腐 生姜醤油和え	サワラのねぎ味噌焼き 大根のカニあんかけ ポン酢和え
10/15(金)	チキンボール照焼風 シソの実和え	三色丼 さつま揚げの煮物 フルーチェ	白身魚の幽庵焼き かぼちゃ小倉煮 漬物
10/16(土)	中華あんかけ玉子 しらす和え	ほうとう風 さつまいも甘露煮 カニ風味サラダ	味噌煮込み ザーサイ炒め 黄桃缶
10/17(日)	厚焼き玉子 煮浸し	ポークシチュー きのこソテー タラモサラダ	赤魚の粕漬焼き 高野豆腐の含め煮 フレーク和え
10/18(月)	黒糖パン 目玉焼き風 ツナサラダ	タンドリーチキン ナポリタン 青ドレ和え	麦とろご飯 サワラの西京焼き 切り干し大根とひじきの煮物
10/19(火)	納豆 海老団子の煮物	鶏そば エビシュウマイ バナナ	魚の香草パン粉焼き 大豆のトマト煮 漬物
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 ちくわきんぴら ごま和え	赤魚の塩焼き ツナ大根 三色煮豆
10/21(木)	豆乳まる揚げ ささげのお浸し	アジの南蛮漬け 五目卯の花 おろし和え	鶏の梅照り焼き じゃがいも土佐煮 白和え
10/22(金)	納豆 大根と人参の甘酢和え	サバの味噌煮 塩炒め ポン酢和え	鶏パプリカ焼き ひじき煮 みかん缶
10/23(土)	イワシ梅煮 なめ茸和え	鶏の豆板醤焼き 田舎煮 ピーナツ和え	魚の磯辺焼き ふろふき大根 煮豆
10/24(日)	五目信田煮 ゆかり和え	カレイみぞれ煮 ひじき入り玉子焼き 春雨サラダ	擬製豆腐 蓮根こんにゃく煮 もずく酢
10/25(月)	納豆 野菜と豚肉の炊き合わせ	☆セレクトメニュー☆ 味噌カツ エビフライ	麦とろご飯 メバルの西京焼き 厚揚げの煮物

日付	朝	昼	夕
10/26(火)	二色パン オムレツ チーズ入りサラダ	魚のムニエルきのこソース アスパラソテー かぼちゃサラダ	豚キムチ あんかけ豆腐 漬物
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 海老しんじょう オレンジ	チキンはちみつ焼き ベーコンソテー 煮豆
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 サバの塩焼き はんぺんの煮物 梅和え	鶏のもろみ焼き カレー炒め おからサラダ
10/29(金)	鰯のつみれ煮 ささげのお浸し	サンマの塩焼き 金平ポテト しらす和え	プルコギ風 白菜と海老の中華煮 くるみ和え
10/30(土)	鮭の塩焼き 切干白和え	ポークカレー ほうれん草のキッシュ 桃ヨーグルト	魚のしそごま焼き なると煮 切干柚子和え
10/31(日)	納豆 ウインナーソテー	エビピラフ クリームシチュー チーズ入りサラダ	鶏のねぎ塩焼き 野菜スープ煮 洋梨缶
11/1(月)	野菜角煮 ほうれん草白和え	八宝菜 しゅうまい 酢味噌和え	サワラの山賊焼き ビーフン炒め シーフードサラダ
11/2(火)	ロールパン スクランブルエッグ ツナサラダ	タンドリーチキン きのこソテー ごぼうサラダ	赤魚の塩焼き 筑前煮 漬物
11/3(水)	がんもの煮物 小松菜のじゃこ和え	照り焼きハンバーグ 生揚げの高菜炒め 大根サラダ	ブリの照り焼き さつまいも甘露煮 フレーク和え
11/4(木)	鮭の塩焼き 白和え	とろろそば カニカマロール キャラメルプリン	麦とろご飯 けんちん煮 白菜と鮭缶の煮物
11/5(金)	ニラ玉 かくや和え	白身フライ 大根のカニあんかけ わさび和え	ゆで鶏の練り味噌かけ 里芋そぼろ煮 ポン酢和え
11/6(土)	納豆 野菜ソテー	天津丼 ほうれん草中華炒め オレンジ	豚しょうが焼き風 じゃがいもたらこ炒め しば漬け
11/7(日)	厚焼き玉子 かくや和え	魚のおろし煮 ニラ炒め 柚子和え	ブリの照り焼き 五目卯の花 青菜と桜エビの和え物
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 ジャーマンポテト 和風サラダ	肉豆腐 いんげんの金平 もずく酢
11/9(火)	ウインナー のり佃和え	揚げ鶏の葱ソースかけ きんぴら ゆかり和え	魚のもろみ焼き 豚バラと大根の煮物 漬物

※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。

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

～さつまいも金平～

【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

【作り方】
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。
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。
5.お好みで白ごま・七味を振りかけ完成。