

高萩聖孝園だより



社会福祉法人 愛孝会 高萩聖孝園
〒318-0004 高萩市上手綱 2番地
Tell 0293-44-6222 Fax 0293-44-6223
・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
・在宅介護支援センター

<http://www.aikohkai.or.jp/seikoen/index.html>

梅の開花が聞かれるようになり、春の足音が近づいてきています。雨が少なく乾燥した日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。2月も良い月になりますように頑張っていきたいと思います。

まだまだ周囲ではインフルエンザが猛威を振っています。当園では湿度や温度、入居者様の体調管理等に引き続き十分に気を付けてまいります。ご家族の皆様も面会時の手洗い・うがいの協力をお願い致します。



新年会

1月1日(火)に新年会を行いました。午前中は各ユニットにて書初めや福笑い、かるた等を楽しんで頂き、午後からは地域交流ホールにて映画観賞会を行いました。書き初めでは、最初は戸惑っていましたが、達筆な字で「久しぶりだとうまく書けないね」と照れながら、新年の抱負等を書いていました。福笑いでは、目隠しをしてみんなで「もう少し右、上」等声をかけあい、最後は「あれ〜こんなにずれてる」と大笑いしていました。また職員からの年賀状に「今年もよろしくね」と笑顔で挨拶を交わしていました。



芋煮会

11日(金)に四の丸にて今が旬の里芋を使用し、芋煮会を行いました。大きなお鍋でたくさんの野菜とお肉を煮込み、うどんを入れてお昼に提供しました。「寒いから温まるね」「やっぱりお芋はおいしいね」と笑顔がみられました。お腹いっぱい満足して頂いたようでした。



初詣

13日(日)に3名の方と高萩八幡宮に初詣に行きました。向かっている車内でも楽しそうにされていて、到着したら手水で手を清め、お賽銭を入れてお参りをし、思い思いにお願いごとをしていました。天気も良く、初詣日和でした。今年も健康で良い年でありますように！



今月の行事予定

- 2月2日(土) 節分(恵方巻き作り)
- 2月8日(金) スコーン風作り
- 2月14日(木) バレンタイン
- 2月21日(木)、22日(金) 茶碗蒸し作り
- 2月25日(月)、26日(火) パスタ作り

無料体験・見学 ☆ 受付申 ☆

随時、ご利用受付中です。
お気軽にご連絡下さい！
TEL: 0293-44-6222
担当: 篠原・大友

営業日: 月～土 (9:00～16:00)
対象者: 要支援1～要介護5

デイサービスセンター

4日(金).5日(土).7日(月)の3日間は、お正月の「書き初め」を行いました。筆や硯を準備し、今年の目標や好きな言葉、正月といった字を書きました。「上手に書けた!」「久しぶりに書道をして楽しかった!」と楽しんでいました。出来上がったものは色画用紙に貼りビニールで汚れないようにして、お土産に持ち帰って頂きました。



18日(金)の「新年会」では、名物の篠原おばあさんや職員出し物、カラオケショーを行いました。職員による『ジュース早飲み対決』や『河内おとこぶしに合わせた踊り』に笑って頂き、カラオケではおぶしのきいた演歌等を一緒に歌い、楽しんでいた様子でした。「今年はいい年になるといいね」と笑顔で話していました。

23日(水).24日(木)に煮込みうどん作り、寄せ鍋作りを行いました。皆様には包丁でネギや大根などの野菜類を切って頂きました。ホール内のお鍋で煮込んでいるとおいしそうな香りが広がり、「お腹が減るねえ」との声もありましたが、じっくりと煮込み、昼食時に一緒に頂きました。「寒いから温かいの食べられて幸せ!」「皆と一緒に食べると美味しいね〜!」と笑顔が見られました。お代わりをする方もいました。



<お願い> 感染症の流行る時期になります。当園では感染の予防のため、ご面会の方々に手洗い・うがいの実施、マスクの着用をお願いしております。また、体調のすぐれない方、風邪気味の方のご面会は控えていただきますよう、ご理解・ご協力のほどよろしくお願い致します。



予定献立(2/10～3/9まで)



日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
2/10(日)	はんぺんの卵とじ 磯辺和え	鶏の香草パン粉焼き マカロニのスープ煮 花野菜サラダ	ツナポトフ ケチャップ炒め ボン酢和え	2/26(火)	はんぺんバター焼き 和風サラダ	焼肉風 里芋の柚子味噌煮 おろし和え	麦とろご飯 南部焼き ひじきの煮物
2/11(月)	味付け肉団子 煮浸し	魚のバター醤油焼き ひじきと薩摩揚げの煮物 ハリハリ漬け風	ブルコギ風 カリフラワーの中華煮 柚子浸し	2/27(水)	豆腐真丈 甘酢和え	セレクトメニュー A. マーボー丼 B. 親子うどん・そば	カレー風肉じゃが じゃこ煮 生姜醤油和え
2/12(火)	サンマの昆布煮 わさび和え	ハヤシライス ツナ大根煮 和風スパサラダ	豆腐の旨煮 水菜のサラダ 昆布佃煮	2/28(木)	納豆 野菜大豆煮	魚の菜種焼き 冬瓜のそぼろあん なめ茸和え	筑前煮 茄子の揚げ出し風 もやしサラダ
2/13(水)	里芋のそぼろ煮 法蓮草のお浸し	回鍋肉 厚揚げと青梗菜の煮物 なめ茸和え	和風ロールキャバツ もやし炒め おかつ和え	3/1(金)	厚揚げの煮物 おくらのおかつ和え	はんぺんチーズフライ ポークビーンズ 華風和え	ホッケの塩焼き 青菜の炒め物 漬物
2/14(木)	野菜ビーフン 和え物	コロッケ ポークビーンズ 苺のパパロア	タラの梅照り焼き 刻み昆布の煮物 漬物	3/2(土)	厚焼き卵 おからサラダ	魚の香草パン粉焼き 高野豆腐の含め煮 ツナマヨ和え	けんちん煮 なべしぎ 胡麻和え
2/15(金)	高野豆腐の煮物 小松菜とじゃこの和え物	ひじきご飯 鶏の味噌マヨ焼き 白菜とエビ団子の煮物	麦とろご飯 魚の葱味噌焼き 大根とベーコンの煮物	3/3(日)	肉団子の土佐煮 小松菜の和え物	ちらし寿司 なると煮 ピーチムース	鯖の味噌煮 しらすの金平 辛子和え
2/16(土)	厚焼き卵 オクラのおかつ和え	アジの野菜あんかけ 五目豆煮 フルーツ	ビーフシチュー風 野菜炒め 海苔佃煮	3/4(月)	二色パン チーズ入り炒り卵 コンソメ煮	焼肉風 ジャーマンポテト ナムル	豆腐の旨煮 バター醤油炒め 煮豆
2/17(日)	蓮根の金平 梅和え	かやくご飯 西京焼き 田舎煮	鯖の赤味噌焼き ムキエビのソテー サラダ	3/5(火)	にしんの甘露煮 しらす和え	豆ごはん 鶏の山賊焼き キャベツの煮浸し	魚の七味照り焼き ふるふき大根 練り梅
2/18(月)	がんもの煮物 麩と白菜の煮浸し	豚丼 磯辺揚げ ナムル	肉団子のスープ煮 法蓮草ときのこの和え物 フルーツ	3/6(水)	豆乳まる揚げ お浸し	寿司バイキング	豚のすり胡麻焼き 薩摩芋の甘露煮 フレーク和え
2/19(火)	じゃが芋と鶏の金平 磯和え	サーモンフライ 薩摩芋の小倉煮 しらすの金平	いんげんの肉巻き 青菜のソテー 漬物	3/7(木)	納豆 金平ごぼう	幽庵焼き 厚揚げの甘辛煮 棒々鶏	麦とろご飯 鶏の豆板醤焼き 塩炒め
2/20(水)	納豆 切干大根の白和え	肉豆腐 野菜のソテー フルーツ	ウイナーソテー 南瓜のそぼろ煮 鯛味噌	3/8(金)	アジの塩焼き 法蓮草のお浸し	ポークカレー ごぼうサラダ バインヨーグルト	ハムソテー ちくわとごぼうの炒め煮 フルーツ
2/21(木)	二色パン オムレツ ツナサラダ	五目あんかけうどん はんぺんの煮物 南瓜のパパロア	野菜ハンバーグ 春菊の胡麻和え 煮豆	3/9(土)	がんもの煮物 和え物	照り焼きハンバーグ エビ団子の煮物 きのごサラダ	味噌煮込み 中華炒め 和え物

※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。

本格的な冬の季節に入りましたが、風邪などひいていませんか? 風邪などの感染症予防に効果があると言われて「手洗い・うがい」についてです。「うがい」は①顔を正面に向けてブクブクうがいを、②顔を上に向けてガラガラうがいを約10秒間、2～3回行うと効果的です。「手洗い」は爪の間、親指などは特に洗い残しが多いので、石けん液をよく泡立てて念入りに洗います。1回の手洗いに約20秒かけると良いそうです。また、市販されている手指消毒用アルコールは手洗い後、よく手を拭いてから使用するとより効果的です。手が荒れてしまうと手洗いも億劫になってしまいますので、ハンドクリームなどで手荒れを予防しましょう。 管理栄養士 藤田 諭子

セレクトメニュー



1月のセレクトメニューは
A. 五目チャーハン
B. 鶏南蛮うどん・そば
皆さん迷いながら選び、どちらも美味しいと好評でした。

松花堂弁当



1月20日は松花堂弁当でした。わかめご飯、鶏のパプリカ焼き、さつま揚げの煮物等を美味しく頂きました。