



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

紅葉もすっかり季節の顔を出しはじめ、朝晩の寒さ厳しい日々が続いております。緊急事態宣言が解除となり少しずつ普段の生活が戻りつつある今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか。

利用者・入居者様におかれましては、元気な笑い声と周りを温かな気持ちにさせてくれる笑顔で寒さや様々なウイルスを吹き飛ばし、穏やかな日々を過ごされております。

新型コロナウイルス感染症は徐々に収まってきておりますが、インフルエンザの季節が近づいてきております。職員一同、利用者・入居者様の体調の変化には一層気を配り、健康で過ごして頂けるよう努めて参ります。皆様におかれましては体調を崩されることなく、健康で過ごして頂けるようお祈り申し上げます。

11月の行事予定

- ・各ユニット食欲の秋お楽しみ会
- ※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

【ハロウィンパーティー】

10月27日(水)に施設全体行事として、ハロウィンパーティーを開催いたしました。

西洋の妖怪ドラキュラや魔女、可愛いカボチャのお化けに仮装した職員が各ユニットを回ると「可愛い！」「〇〇さんなの？」と普段とは違う職員に皆様喜ばれ興奮気味の様子でした。

その後、仮装職員よりプレゼントさせていただいたお菓子を召し上がっていただく「おいしいよ」「ありがとね」と皆様嬉しそうに召し上がっていらっしゃいました。来年の仮装もお楽しみにも！



【翡翠琥珀ユニットレク】

10月19日(火)に10月お生まれの入居者様の誕生日会を開催いたしました。

職員と入居者様と一緒にチョコレートのペンを使ってプリンにデコレーションをさせていただき、皆様でお好きな絵を描かれておりました。

ご自分でデコレーションしたプリンのお味は格別だった様子で「美味しい！おかわりは？」などのお声も聞こえ、とても喜んでいらっしゃった様子でした。皆様お元気に長生きしてください！



【秋の屋上散策】

10月9日(土)に紅玉ユニットの希望者様と職員で屋上へお散歩＆焼き芋を召し上がっていただきました。

皆様外の空気にふれ「気持ちいいね」「やっぱりそとはいいね」と景色をながめておりました。天気の良い日にまた行きましょう！！



デイサービスセンター

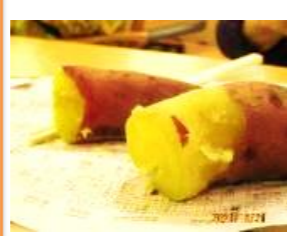
【海鮮バーベキュー】

この時期、楽しみにされている方の多い秋の風物詩「秋刀魚」。

食欲の秋を感じるには秋刀魚を食べなきゃ始まらない！不漁の状況ではありましたが何とか今年も開催することが出来ました。

脂ののった秋刀魚を香ばしく炭火で焼いた、食欲をそそる最高のごちそうに「とても美味しかった」「お腹いっぱい」と皆様も余すことなく堪能されておりました。

来年も秋の味覚をお楽しみ下さい。



【焼き芋パーティー】

朝夕と冷え込む日も増えてきた今日この頃、そんな午後のひとは焼き芋を食べながらほっこりと過ごすのが一番！！ということで今年も焼きましたサツマイモ。

ペラペラで焼いているとフロアには風とともに香りが運ばれ、楽しみが増した様子で今か今かと待ち遠しく感じているお姿、ご談話中も自然と笑みがこぼれておりました。

焼き芋を懐かしく想い帰しては匂いに誘われて職員と一緒に炭を足したり、一本取るよう依頼しては握った感触で具合を確認し、水戸のご老公様のように「もういいでしょう」と得意げにおっしゃっておりました。

焼きあがったお芋をアツアツのうちにとおやつにさせていただきますが、皆様とても喜んで頬張っておりました。



11月 デイサービス行事予定

| | |
|-----------------|-----------------|
| 5日 柿プリン作り | 10日 お好み焼き作り |
| 11、19、30日 映画鑑賞会 | 13、29日 焼き芋パーティー |
| 16日 誕生日会 | 25日 鍋パーティー |

予定献立(11/10～12/9まで)

| 日付 | 朝 | 昼 | 夕 |
|----------|------------------------|--|---------------------------------|
| 11/10(水) | 鮭の塩焼き なめ茸和え | ためぎうどん かぼちゃ小倉煮 オレンジ | 赤魚の塩焼き 切干大根とベーコン炒め煮 くるみ和え |
| 11/11(木) | 納豆 野菜ソテー | タラのマヨネーズ焼き じゃが芋コンソメ煮 カニ風味サラダ | 鶏肉焼肉たれ焼き 炒り豆腐 漬物 |
| 11/12(金) | 豆乳まる揚げ煮 磯辺和え | 豚キムチ なると煮 涼拌三絲 | かに玉 麻婆春雨 ナムル |
| 11/13(土) | 二色パン オムレツ 和風サラダ | ワカメとコマの混ぜご飯 魚のもろみ焼き 白菜と海老の中華煮 ちくわごま和え | とろろご飯 松風焼き 塩炒め |
| 11/14(日) | にしん甘露煮 わさび和え | 鶏肉焼肉たれ焼き れんこんさんびら 華風和え | メバルの煮つけ あんかけ豆腐 切干柚子和え |
| 11/15(月) | 海老団子の炒め煮 シンの実和え | アジの竜田揚げ 野菜卵とし 昆布佃煮 | 肉じゃが ニラ炒め 三色豆 |
| 11/16(火) | 里芋そぼろ煮 マグロフレーク和え | 三色丼 ふろふき大根 バナナ | サバの赤味噌焼き がんもの煮物 おろし和え |
| 11/17(水) | チキン照焼風 ほうれん草の白和え | オムライス アスパラソテー みかん | 豚肉のオイスター炒め かぶのうすくず煮 辛子和え |
| 11/18(木) | 豆腐真丈の煮物 切り干しゆず和え | 和風おろしハンバーグ インゲンソテー ポテトサラダ | 魚のバター醤油焼き 厚揚げの煮物 漬物 |
| 11/19(金) | はんぺんバター焼き ほうれん草の和え物 | サワラのねぎ味噌焼き ビーフソテー ボン酢和え | 鶏パプリカ焼き ポークビーンズ 洋ナシ缶 |
| 11/20(土) | 納豆 竹輪の土佐煮 | ちゃんぽん ほうれん草バターソテー フルーツポンチ | 赤魚の塩焼き 田舎煮 うぐいす豆煮豆 |
| 11/21(日) | ロールパン ツナサラダ | 鶏つくね甘辛だれ じゃがいもたらこ炒め 土佐和え | プリ大根 もやし炒め ゆかり和え |
| 11/22(月) | 納豆 小松菜のじゃこ和え | 魚のおろし煮 もやしソテー 酢の物 | 豚しょうが焼き さつまいも甘露煮 キャベツサラダ |
| 11/23(火) | ウイナー 和風サラダ | 回鍋肉 しゅうまい 涼拌三絲 | プリの照り焼き ツナじゃが 白桃缶 |
| 11/24(水) | 五目信田煮 なめ茸おろし | サバの味噌煮 野菜炒め ピーナツ和え | とろろご飯 五目煮 ひじき入り玉子焼き |
| 11/25(木) | イワシ梅煮 煮浸し | ハヤシライス マカロニサラダ キウイフルーツ | 鶏肉くわ焼き ごぼう土佐煮 胡瓜とわかめの酢の物 |

| 日付 | 朝 | 昼 | 夕 |
|----------|----------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| 11/26(金) | ミートボール お浸し | ☆セレクトメニュー☆ 油淋鶏 エビチリ風 | 親子煮 大根千切り炒め しば漬 |
| 11/27(土) | 納豆 豚肉の炊き合わせ | 煮込みハンバーグ 南瓜の甘煮 ごぼうサラダ | 赤魚の粕漬焼き 含め煮 梅和え |
| 11/28(日) | 黒糖パン スクランブルエッグ ハムサラダ | 味噌ラーメン 大根のカニあんかけ オレンジ | チキンはちみつ焼き はんぺんの煮物 のり佃煮 |
| 11/29(月) | 鮭の塩焼き おからサラダ | メンチカツ ほうれん草中華風炒め わさび和え | 魚のもろみ焼き 里芋の柚子味噌煮 海藻サラダ |
| 11/30(火) | 豚と春雨の中華風 生姜醤油和え | 高菜ピラフ 切干大根煮 青ドレ和え | 炒り鶏 五目卵焼き みかん缶 |
| 12/1(水) | ウイナー 金平ごぼう | 散らし寿司 菜の花の辛子和え 根菜煮物 | カレーの煮付 ひじき煮 マヨ和え |
| 12/2(木) | 納豆 さつま揚げの炒め煮 | カレー南蛮そば さつまいもレモン煮 桃ムース | 麦とろご飯 鶏の豆板醤焼き じゃこ炒め |
| 12/3(金) | 二色パン オムレツ ブロッコリーサラダ | 鶏パプリカ焼き 豚肉と野菜の味噌煮 酢の物 | 赤魚の粕漬焼き 豚ほうれん草炒め しそ昆布 |
| 12/4(土) | ニラ玉 切り干し白和え | プルコギ風 炒り豆腐 バナナ | 魚の香草パン粉焼き じゃが芋煮 黄桃缶 |
| 12/5(日) | 鮭の塩焼き ほうれん草の白和え | アジフライ 大根のスープ煮 ツナサラダ | 厚揚げ野菜炒め ひじき煮 胡麻和え |
| 12/6(月) | チキン照焼風 マグロフレーク和え | もろみ焼き 含め煮 華風和え | 魚の治部煮 青菜の炒め物 煮豆 |
| 12/7(火) | イワシのつみれ煮 小松菜の胡麻和え | サバの塩焼き じゃが芋さんびら 酢味噌和え | 照り焼きハンバーグ かぼちゃ小倉煮 ねり梅 |
| 12/8(水) | 納豆 はんぺん卵とし | 味噌カツ 大根のカニあんかけ みかん | 魚のバター醤油焼き ケチャップソテー 五目卵の花 |
| 12/9(木) | ウイナー シンの実和え | プリ大根 厚揚げと野菜炒め 磯辺和え | とろろご飯 しぐれ煮 あぶ玉焼き |

※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。



茨城県の郷土料理と言えば、けんちんが有名ですね。茨城県では根菜類がよく採れることからけんちんを食べる機会も多く、具だくさんの汁にそばをつけて食べるつけけんちんが冬のごちそうとなったそうです。

また、そばに含まれるルチンという成分は、血管を健康に保つ働きを持つため血液の流れを良くしたり、脳や心臓の病気を防いだりしてくれます。そのほか、食物繊維がお腹の調子を整えたり、ビタミンB群には疲労回復効果が期待できたりと、おいしくて健康的な食材です。

飲食店や生産者の応援、そして茨城県へのエールとして、おいしい茨城のそばを食べてみませんか？

【問題】

味、品質ともに玄そば最高峰と言われる香り高いそばで、特に東北地域で多く作られ、出荷量が11月に最も多くなる茨城のブランドそばの品種は何でしょう。

※答えは、来月の石名坂聖孝園だよりをご覧ください。

◎ 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いただきます。