

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 日上市石名坂町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

さくらの花が満開を迎え、春の訪れを感じる中、皆様いかがお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルス発生の際は、大変なご心配・ご迷惑をおかけしましたこととお詫び申し上げます。現在は新たな感染もなく、以前のように穏やかな日々を過ごすことができいております。ご利用者は、窓の外を眺めながら「大分暖かくなったわね」と、季節の移り変わりを体感されている様子も見受けられます。

新年度を迎え、職員一同気持ちを新たに、皆様一日でも多く笑顔のあふれる日々を過ごせるよう、気を引き締めて努めてまいります。感染症対策等で引き続きご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、今後ともご支援ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

4月の行事予定

・お花見バスハイク

※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

【お雛まつり/お雛飾り】

今年も正面玄関付近に、恒例の雛人形を飾らせていただきました。

皆様「すごいね」「きれいだね」と穏やかな表情でご覧になっており、記念撮影をしたり、思い出話に花を咲かせておりました。

3月3日にはお雛祭りにちなんで、ちらし寿司や雛あられをお出ししました。

皆様、色鮮やかなちらし寿司をご覧になって「きれいだね」「美味しそう」とお話しながらか召し上がっており、笑顔が絶えない昼食のひと時となりました。



【日常ご様子】

新型コロナウイルス感染症蔓延に伴い、ご入居者の皆様には園内で過ごすことが多く、そのほんのひと時をご紹介させていただきます。

瑠璃ユニットの中庭で育てているお花が今年も綺麗に咲き、天気の良い日にユニットの皆様と中庭鑑賞会を行いました。なかなか外に出かけられないこともあり、花壇のパンジーの様に満開の笑顔が見られました。

また、紅玉ユニットではじゃがいもの種芋を植えました。じゃがいもができたらポテトチップスを作って食べましょう。楽しみですね！！



デイサービスセンター

【とある1日のご様子】

天気の良い日は屋上への散歩を行うことがあります。風に吹かれながら、あたたかな春の訪れを感じることができました。

右上・中の写真は牛乳パックを再利用したグラグラ(菱餅)ゲームの様子です。割り箸を使って重ねていくも、悪戦苦闘しながらの作業に職員も一緒に頑張って、真剣な表情で取り組みました。

右下はリラックスタイム中になります。金曜日は麻雀を楽しまれており、周りの声も届かないほど集中して打っていました。

次回はお花見ドライブを予定しております！



【ホワイトデー】

3月14日の週はホワイトデーイベントを開催致しました。

日頃からデイサービスをご利用くださる皆様へ感謝を込めて・・・(人▽)

春も近づいてきたため、季節の果物イチゴをふんだんに使い、イチゴパフェを作りました。美味しそうに召し上がり、あつという間の完食！笑顔でお替わりという声も聞こえ、ご満足された様子でした(▽)



4月 デイサービス 行事予定

7～9、11～13日 曜日対抗ゲーム
18日 誕生会 19日 映画鑑賞会
21日 お楽しみおやつ料理レク 26、27日 園芸活動

新職員紹介



2月16日より、石名坂聖孝園の環境へ配属になりました。皆様、ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。

【環境職員】皆川 武俊 (ミナカワ タケシ)



3月3日より、石名坂聖孝園の特養瑠璃ユニットに配属になりました。初めて介護なので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

【特養職員】大森 一輝 (オモリ カズキ)

◎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。
※ご家庭で使わなくなった古いタオルを集めております。ご協力宜しくお願い致します。

予定献立(4/10～5/9まで)

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
4/10(日)	納豆 和え物	豚味噌炒め 切干とベーコンの炒め煮 マカロニサラダ	とろろご飯 魚の梅照り焼き アスパラバター醤油炒め	4/26(火)	納豆 ウインナー	きつねうどん キャベツ煮浸し パニョパニョ	豚肉野菜巻き 生揚げの高菜炒め しば漬け
4/11(月)	サケの塩焼き おからサラダ	アカウオの煮魚 大根千切り炒め 菜の花の辛し和え	味噌煮込み しらたきの金平 白花豆	4/27(水)	じゃがいも金平 小松菜のおかか和え	鶏肉くわ焼き 根菜煮物 菜の花の辛し和え	ブリの照り焼き さつまいも甘露煮 華風和え
4/12(火)	納豆 ハムソテー	塩タンメン シュウマイ バナナ	サワラ西京焼き 煮浸し たくあん和え	4/28(木)	納豆 オクラゆば和え	豚しょうが焼き炒め 筍土佐煮 ポン酢和え	サワラの山椒焼き 五目煮煮豆 漬物
4/13(水)	五目信田煮 割り干し大根のお浸し	白身フライ 野菜ソテー ごぼうサラダ	豚肉の香味炒め 五目豆煮豆 黄桃缶	4/29(金)	黒糖パン オムレツ ハムサラダ	☆セレクトメニュー☆ エビピラフ チキンライス	アジのごま味噌焼き こら炒め 切干の白和え
4/14(木)	二色パン オムレツ ツナサラダ	煮込みハンバーグ ジャーマンポテト カニ風味サラダ	アカウオの粕漬焼き 青菜の炒め物 ゆかり和え	4/30(土)	肉団子 ささげのお浸し	サバの味噌煮 かぼちゃ小倉煮 ももヨーグルト	豆腐チャンプルー 大根カニカマあん ツナ和え
4/15(金)	肉団子柚子風味 お浸し	カニ玉 焼き餃子 春雨サラダ	鶏肉くわ焼き ひじきの煮物 フレーク和え	5/1(日)	サケの塩焼き シソの実和え	ポークカレー ほうれん草ソテー フルーツカクテル	南部焼き 五目卵の花 しらす和え
4/16(土)	ニシン甘露煮 シソの実和え	豚キムチ 高野豆腐含め煮 マカロニサラダ	タラの野菜あんかけ そぼろ入り金平 高菜漬け	5/2(月)	納豆 ハムソテー	サケのレモン醤油焼き 野菜ソテー タラモサラダ	とろろご飯 鶏照り焼き あんかけ豆腐
4/17(日)	サケの塩焼き モロヘイヤのお浸し	カレイのムニエル 野菜スープ煮 ポテトサラダ	肉団子甘酢ソース はんぺんの煮物 漬物	5/3(火)	エビ団子の煮物 おからサラダ	けんちんうどん カニカマロール かくや和え	鶏パプリカ焼き もやしソテー 黄桃缶
4/18(月)	納豆 ウインナー	アジの竜田揚げ こんにゃくのピリ辛煮 さくら漬け	とろろご飯 鶏照り焼き カレー炒め	5/4(水)	こら玉 マグロフレーク和え	サバの塩焼き 肉じゃが 青ドレ和え	吉野煮 アスパラソテー 三色煮豆
4/19(火)	厚焼き玉子 なめ茸和え	サケちゃんちゃん焼き風 炒り豆腐 バナナ	焼肉風 蓮根こんにゃく煮 菜の花辛し和え	5/5(木)	納豆 のり佃煮和え	肉団子の酢豚風 水餃子 ナムル	ブリの照り焼き 里芋の柚子味噌煮 くるみ和え
4/20(水)	目玉焼き風 磯辺和え	肉野菜炒め かぼちゃ小倉煮 シーザーサラダ	サワラ西京焼き 厚揚げしょうが焼き 梅和え	5/6(金)	目玉焼き風 ほうれん草おろし和え	アジフライ ナポリタン オレンジ	チキンはちみつ焼き ビーフソテー かぼちゃサラダ
4/21(木)	チキン照焼風 生姜醤油和え	豚しょうが焼き風 ちくわ金平 いんげんのお浸し	肉じゃが ひじき入り玉子焼き ごま和え	5/7(土)	二色パン オムレツ ツナサラダ	三色丼 フルーチェ カニ風味サラダ	カレイの漬け焼き ちくわ金平 白菜の和え物
4/22(金)	ロールパン 目玉焼き風 大根サラダ	鶏ごはん アカウオの塩焼き 里芋そぼろ煮 シソの実和え	鶏肉と野菜の煮物 ビーフ炒め かくや和え	5/8(日)	生揚げそぼろ煮 モロヘイヤのお浸し	豚肉のオイスター炒め 高野豆腐含め煮 オクラ和風サラダ	アジのもろみ焼き じゃがいもたらこ炒め 梅ちぎり和え
4/23(土)	納豆 小松菜のじゃこ和え	鶏もろみ焼き こら玉 中華サラダ	サワラの山椒焼き ハムソテー 白花豆	5/9(月)	イワシの生姜煮 ごま和え	みそダレチキン 大根旨煮 ごぼうサラダ	アカウオの塩焼き じゃがいも金平 山菜おろし
4/24(日)	サケの塩焼き 大根と人参の甘酢和え	ためきそば 厚揚げしょうが焼き オレンジ	とろろご飯 五目卵焼き ぜんまい炒り煮	※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。			
4/25(月)	イワシ梅煮 磯和え	アジごま焼き ザーサイ炒め 酢の物	豚味噌炒め ジャーマンポテト パイナップル缶	食べたり飲んだりした時に、むせてしまうことはありませんか。自分の唾液でむせてしまう、なんてこともありますよね。咳を繰り返しているとお腹が筋肉痛になるなど結構疲れるはずですよ。			

【問題】
ウトウトしている時に、誤嚥(食べ物や唾液が気管へ入ってしまうこと)しやすくなるといわれるのは、年齢は何歳くらいからでしょう。
※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】「たんぱく質」
からだに良いと言っても、これだけでは偏ってしまいかえって悪影響となることもあります。健康のためには「バランスよく食べる」ことが大切です。

実は、1回の咳で約2kcalのエネルギーを消費してしまうそうです。身体を動かすためにせつかく食べたものが、たくさんむせることで苦しい思いしたうえに、無駄に消費されてしまうのはもったいないですね。

それを防ぐためには、眠たいときを避ける・適量を一口ずつ焦らずにゆっくりと喉に痰が絡んでいない状態で食べることを意識してみるといいかもしれません。悩んでいる方は、一度試してみてください。

管理栄養士 小川