

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-seiko@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

関東甲信越でも梅雨入りを迎え、紫陽花も蕾を少しずつ膨らませている、そんな季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。ご利用者様におかれましては「今日の天気はどうだろうね」と窓の外の景色を眺めながら日々を過ごされております。母の日には、ご家族の皆様から素敵なプレゼントが届き「これ、娘にもらったの」「素敵だね」と笑顔が溢れ喜びが活気に繋がった様子でした。梅雨の時期に入り寒暖差の大きい時期になってまいりました。気温にあわせて衣服の調整に迷うことも増えてまいります。涼しく過ごせる衣類など夏向けの準備をお願いいたします。感染対策同様、体調管理にも注意してまいりますのでご家族の皆様もお身体気をつけてお過ごしください。

6月の行事予定

・たご焼き屋さん ☺

※その他、随時、各ユニットにて誕生会等の活動を開催致します

特別養護老人ホーム

【アイスクリーム屋さん】

5月25日(木)に毎年恒例の施設行事、アイスクリーム屋さんを開催致しました!!
 例年同様バニラ・抹茶・マロン味など多数の種類をご用意させていただきました。様々なアイスクリームから皆様にお好きな味を選んでいただき、クッキーやあずき等お好きなものをトッピングをお楽しみながら召し上がっていただきました。当日は気温も高く最高のアイス日和になり「今日は少し暑いからアイスを食べたい気分だったんだよ」「美味い!! ありがとう!」と皆様ご満足された様子でした。
 今後も季節を味わっていただけるような楽しい行事を開催してまいりますので楽しみに!



【金剛石ユニット料理教室】



5月12日(金)に金剛石ユニットにて焼きそば、お好み焼き作りを皆様で実施いたしました。
 皆さん「いいにおいでお腹が空いたよ!」と召し上がる前から楽しみにされている様子で、調理が終わってご提供させていただくと「お好み焼きとか何年ぶりか食べただろう!」「とても美味しい!」と大好評でした。お好みで紅生姜をかけた等と沢山のデザートも楽しんだり「もっと食べたい!」と話される方もおりました。とてもご満足な様子で、職員一同うれしい気持ちになることが出来ました。

◎ご家族様へのお願い◎

令和5年4月より新しい面会が加わりました。アクリル板越しの対面での面会ですが事前予約制になります。また、従来の窓越し面会も引き続き継続しております。ご不明な事、詳細につきましては石名坂聖孝園までお問い合わせください。今後ともよろしくお願致します。◎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。

デイサービスセンター

【ゴールデンウイーク活動】

3日からのお風呂は湯舟に沢山の菖蒲を浮かべた菖蒲湯に入って頂きました。心地よい香りの菖蒲湯にはリラックス作用や血行促進が期待できる他、肩こりや腰痛予防にも効果があると言われており、厄除け効果と合わせて堪能して頂きました。
 レクリエーションでは、3・4日はこどもの日にちなんでリース作りをして季節を感じて頂き、5日にはお菓子釣りゲームを開催いたしました。
 箱一杯のお菓子を目を輝かせ、とても張り切って参加され、大漁に釣り上げた方、思ったほど取れずに悔しがる方、皆さんの笑い声がホール中に響き渡っておりました。



【田植えゲーム】

毎年、この時期には恒例となったレクリエーション、曜日対抗での田植えゲームを行いました。田んぼに見立てた箱に一分間で何本の苗を植えていけるか、その日の平均で競い合っていました。「田植えはしたことあるけど…」と不安そうに話す方も、いざゲームが始まると集中した様子で、苗の束を片手にリズム良く植えておりました。真剣に取り組む姿や同席の方の応援の声に、職員も応援にも力が入り過ぎた一場面もあつたようです。

6月 デイサービス行事予定

- ・6日 ロールケーキの日
- ・16日 和菓子の日
- ・19日 利用者懇談会
- ・22日・23日 紫陽花ゼリー
- ・26日 誕生会
- ・28日、29日 パフェの日

予定献立(6/10~7/9まで)

※記載されている他にご飯と味噌汁が付きまします。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。

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
6/10(土)	サワラ西京焼き 和風サラダ	かきあげうどん ぜんまい炒り煮 オレシジ	鶏の中華風照り焼き いんげんのトマト煮 漬物	6/26(月)	鶏団子の土佐煮 のり佃和え	かぼちゃコロッケ 豚と野菜の味噌煮 菜種和え	和風五目卵焼き ごま炒め 梅ひしお
6/11(日)	がもんの煮物 小松菜のごま和え	サワラの柚子みそ焼き 蓮根こんにゃく煮 かやく和え	麦とろご飯 味噌煮込み 青菜炒め	6/27(火)	野菜のコンソメ煮 生姜醤油和え	揚げ豆腐 切り昆布の煮物 ピーナツ和え	赤魚の煮付け 大根のタラコあん しそ昆布
6/12(月)	肉団子 かにかまサラダ	アジの南蛮漬け 焼きビーフン 小松菜と桜エビの和え物	和風卵焼き いんげん肉巻き シラス和え	6/28(水)	生揚げの煮物 豆と根菜のサラダ	アジのネギみそ焼き じゃがいもそぼろ煮 和え物	けんちん煮 菜の花炒め 漬物
6/13(火)	豚ひきと春雨の中華風 梅和え	タラのムニエル 鶏と野菜の煮物 かぼちゃサラダ	豚しょうが炒め なすの煮びたし ツナ和え	6/29(木)	イワシの生姜煮 おからサラダ	ピラフ 春雨サラダ バナナ	鶏肉おろしあんかけ ピーマンのじゃこ炒め うぐいす煮豆
6/14(水)	野菜角煮 のり和え	五目あんかけそば 水餃子 パインムース	サケの塩焼き ザーサイ炒め 白花豆	6/30(金)	魚肉ソーセージ炒め いんげんのごま和え	☆セレクトメニュー☆ 照り焼き丼 鶏うどん・そば	肉団子のクリーム煮 にんにく炒め 酢の物
6/15(木)	にら玉 野菜大豆煮	きのこソースハンバーグ エビ団子の煮物 柚子和え	魚の梅肉焼き バター醤油炒め ずんだ和え	7/1(土)	エビ団子の煮物 金平ごぼろ	具だくさんオムレツ じゃがいも味噌かけ 昆布佃煮	プリの照り焼き ごま酢和え フルーツカクテル
6/16(金)	納豆 おろしかか和え	ピーマン肉詰めフライ ナポリタン さつまいもサラダ	豆腐の旨煮 しらたきのきんぴら 春雨の和え物	7/2(日)	キャベツとツナの炒め物 ひじき煮	カツ煮 花野菜のサラダ オレシジ	麻婆なす 干草焼き 漬物
6/17(土)	里芋そぼろ煮 なめたけ和え	南部焼き 豚と大根の炒め煮 ピリ辛和え	鶏のネギ塩焼き 白菜の煮物 バナナ	7/3(月)	いなり煮 ゆかり和え	サバの塩焼き ぜんまい炒め煮 キウイフルーツ	ロールキャベツ 大根そぼろ煮 なめたけ和え
6/18(日)	さんまの煮付け 磯和え	ソースチキンカツ丼 厚焼き玉子 杏仁豆腐	ポトフ ほうれん草炒め ごま昆布	7/4(火)	ニンジン味噌煮 おから和え	あさじほん かニ風味高野豆腐煮 ほうれん草のごま和え 白花豆	豚と玉ねぎの卵とじ 揚げなすポン酢かけ 小松菜のお浸し
6/19(月)	青菜の炒め物 卵の花	魚のピカタ タコ炒め ポテトサラダ	コーンビーフ炒り豆腐 五色金平 たいみそ	7/5(水)	納豆 中華炒め	赤魚の煮付け クルトンサラダ オレシジ	焼き餃子 昆布と大根の炒め煮 生姜醤油和え
6/20(火)	アジの塩焼き 梅和え	ポークカレー スパゲティサラダ みかんヨーグルト	オイスター炒め 田舎煮 塩昆布和え	7/6(木)	にら玉 おからの和え物	ドライカレー かぼちゃサラダ 洋ナン	カレイの煮付け 豚と里芋の炒め煮 キャベツの即席漬け
6/21(水)	二色パン ツナソテー マヨ和え	ミートローフ さつまいも甘煮 もやしサラダ	魚の煮付け チキンサラダ 煮びたし	7/7(金)	イワシおから煮 青菜のソテー	七夕そうめん 夏野菜天ぷら 肉じゃが	山椒炒め ごぼうとこんにゃくの煮物 菜の花の土佐和え
6/22(木)	豆乳まる揚げ 大根ゆかり和え	白身フライ ポークソース マカロニサラダ	麦とろご飯 鶏と野菜の煮物 なすの味噌炒め	7/8(土)	豚と野菜のソース炒め からし和え	サケのポテマヨ焼き ほうれん草ポン酢和え 漬物	煮込みハンバーグ ナポリタン パイナップル缶
6/23(金)	ちくわの煮物 菜の花のお浸し	味噌ラーメン しゅうまい バナナ	豚肉のすりごま焼き ひじき煮 酢の物	7/9(日)	温泉卵 切干大根煮	すきやき風 大学芋 ツナと小松菜の和え物	ホウケの塩焼き 豚と竹の子の炒め物 甘夏みかん

メロンの茨城県オリジナル品種は、ご存知でしたか。茨城県がメロンの生産量日本一を誇るのには広く知られるようになりましたが、なんと20年以上に渡り日本一を維持しているそうです。旬はピークを迎えています、急に暑くなったこともあり、例年に比べて収穫の終わりを迎えるのが早まるかもしれないとのこと。しかしこれから梅雨を迎え、さらに日差しは強まりまた次の季節を迎えると、様々な食材が旬を迎えます。年によって多少の前後はありますが、れんこん・ピーマン・くり・水菜なども生産量が日本一です。また、これからの梅雨時期に、ちょうど旬を迎えようとしているイワシの漁獲量も日本一。ほかにも、鳥インフルエンザの影響を受けて値上がりや入手困難となった鶏卵ですが、こちらも生産量が日本一。余談ですが、ビールの製造量も日本一だそうです。

たくさんの魅力が詰まった茨城県は、知れはるほど面白いですよ。テレビ等でも、取り上げられる機会が増えているので要チェックです。

管理栄養士 小川

【問題】
 栄養政策も不可欠となるSDGs(持続可能な開発目標)は、どのような世界を目指しているでしょう。ヒントは「〇〇取り残さない」
 ※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】「イバラキング」
 茨城のメロンの王様になってほしいという思いが込められたメロンです。6月いっぱいを目安に楽しめるそうですよ。