



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

毎日暑い日々が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。利用者の皆様は今年の酷暑にも負けず、お元気な笑顔で過ごされております。

8月31日(土)には納涼祭を予定しております。3年ぶりのご家族のご参加となります。皆様方に楽しんで頂けるよう職員一同力を合わせ納涼祭に向け準備を進めております。皆様のご参加をお待ちしております。

まだまだ暑い日々が続き、夏バテの症状を感じられる方もいらっしゃるかと思います。室温の調整や水分補給等しっかりおこない、体調にお変わりなく過ごせるように気を付けてまいります。皆様も体調にはお気をつけてお過ごしください。

8月の行事予定

・納涼祭

※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

【七夕】

7日(日)に入居者様にそれぞれ願い事を短冊に書いて頂き、笹の葉に七夕の飾りと一緒に飾りました。ご自身やご家族の健康、美味しい食べ物を食べたいなど、思い思いの願い事が書かれていました。そして七夕飾りの前で皆さんの記念撮影をしました。みなさんの願い事が叶うことをお祈りしております。



【ユニット活動】

7日(日)に水晶真珠ユニットで『スイカ割』が行われました。入居者様に交代でスイカを割っていただきましたが力いっぱい叩いても割れず「なかなか割れないね」と残念がりながらも「頑張って！」「そこそこ」と大変盛り上がり楽しんでおりました。最後に職員がスイカを割ると歓声が上がりました。

また、20日(土)には琥珀翡翠ユニットで『かき氷作り』を行いました。職員が氷を削る様子を眺めながら「早く食べたいね」と楽しみにされており、お好きな味を選んでいただき提供すると「美味しい」「綺麗！」と喜ばれており、なかにはお代わりする方も。

暑さを吹き飛ばすレクを今後も行っていきますので楽しみに！！



◎ ご家族様へのお願い ◎

令和5年6月より面会方法が変更になっております。また、従来の窓越し面会も継続しております。ご不明な点等詳細につきましては、お手数でも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

【七夕短冊】

1日(月)から8日(土)にかけて、七夕短冊作りを活動を実施いたしました。フロアを七夕に向けて飾りつけを行い、立派な竹に願いを込めた短冊を飾っていただきました。「何て書こうかな?」「どの辺りに飾ろうかな?」と楽しまれておられました。皆さまの願いが叶いますようお祈りしております。



【魚釣りゲーム】

20日(土)にイカやタコ、ニシンにホタテ貝などたくさんの魚たちのイラストを準備して、30秒間で何匹釣れるか競い合っていました。「たくさん釣るぞ」「なかなか釣れないね」との声や、「今日の晩御飯を釣るぞ」との声も聞こえてきました。魚の裏には質問が書いており、皆様の回答に釣った後も笑い声がフロア中いっぱい響いており、とても楽しまれてました。



8月 デイサービス行事予定

- ・1日 お菓子釣りゲーム
- ・15日 クリームソーダ
- ・20日 紅白対抗ゲーム
- ・22日 誕生会
- ・29日 利用者懇談会
- ・31日 納涼祭

新職員紹介



7月から居宅支援事業所に在籍させて頂いております。ケアマネジャーとして仕事をするのは初めてのことで皆さんに助けられながら過ごしています。宜しくお願いします。

【ケアマネジャー】中舘 倫子 (カガテミチ)

予定献立(8/10~9/9まで)

日付	朝	昼	夕
8/10(土)	目玉焼き 白菜の柚子風味和え	鶏バブリカ焼き ツナじゃが ごぼうサラダ	タラの生姜醤油焼き 大根と竹輪の煮物 ほうれん草のごま和え
8/11(日)	豆腐真丈の煮物 ウイナー炒め	とうもろこしご飯 赤魚の唐揚げ キャベツの煮物 オクラとささみの梅和え	チンジャオロース ナムル ザーサイ
8/12(月)	納豆 里芋のそぼろ煮	鶏の照り焼き スパゲティサラダ にんにく炒め	魚の山椒焼き 小松菜の煮しめ ごま昆布
8/13(火)	はんぺんバター焼き フレック和え	ミートローフ チーズ入りサラダ すいか	麦とろご飯 カレイの梅煮 なす田楽
8/14(水)	ミートオムレツ カリフラワーサラダ	わかめご飯 ホッケの塩焼き れんこんそぼろ煮 かくや和え	鶏の治部煮 ピーマンの炒め物 たいみそ
8/15(木)	イワシみぞれ煮 磯辺和え	冷やし中華 水餃子 マンゴーミルクムース	豚のしょうが焼き かぼちゃ小倉煮 きのこのレモン和え
8/16(金)	鶏そぼろ信田 大根の辛子和え	なすとほうれん草のカレー 海藻おくらサラダ ジャムヨーグルト	カレイのにんにく醤油焼き 高菜和え 三色煮豆
8/17(土)	温泉卵 ほうれん草炒め	タラのピザ焼き ジャーマンポテト りんご	肉団子の酢豚風 ビーフソテー 中華ドレ和え
8/18(日)	納豆 麩と白菜の煮浸し	豚バラ大根煮 冷奴 ピリ辛炒め	鶏のもろみ焼き 野菜角煮 つば漬
8/19(月)	ニンジン甘露煮 ゆかり和え	冷やしうどん エビ団子の煮物 キウイフルーツ	千草焼き ブロッコリーカニカマあん しそ昆布
8/20(火)	豆腐ローフ マヨ醤油和え	アジのすりごま焼き 切り昆布炒め煮 梅なめ茸和え	豚とごぼうの煮物 なべしぎ 切干柚子和え
8/21(水)	ニラ玉 しその実和え	鶏のマスタード焼き シーフードサラダ バナナ	アカウオの粕漬焼き いんげんの炒め物 金時豆
8/22(木)	カニの高野豆腐煮 ごまドレ和え	☆セレクトメニュー☆ エビフライ なすはさみ揚げ	鶏の味噌煮 もやしの高菜炒め 青菜のお浸し
8/23(金)	肉団子黒酢あん たまごそぼろ和え	タラのムニエル じゃがいものサラダ 鶏ガラ醤油炒め	豚肉野菜巻き マカロニスープ煮 りんご缶
8/24(土)	サケの塩焼き おかつ炒め	鶏のマーレド焼き 春雨サラダ バター醤油炒め	塩だれ炒め 厚揚げの煮物 ハリハリ漬
8/25(日)	玉子焼き くるみ和え	焼肉風 大根とカニカマあん 塩昆布炒め	ちゃんちゃん焼き風 さつまいもレモン煮 青かつ

※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。

日付	朝	昼	夕
8/26(月)	納豆 野菜炒め	魚の香草パン粉焼き コールスローサラダ オレンジ	麦とろご飯 筑前煮 ボン酢炒め
8/27(火)	ミニハンバーグ マヨ醤油和え	チキンカレー 大根サラダ ミックスベリーフルーチェ	プリの照り焼き ひじきの煮物 卵豆腐
8/28(水)	イワシの梅しそ煮 なめ茸和え	そうめん がんもの煮物 青菜の炒め物	麻婆なす ピーマンの炒め物 黄桃缶
8/29(木)	二色パン スクランブルエッグ ベーコン炒め	カレイ西京焼き 絹揚げの生姜炒め りんご	鶏のねぎ塩焼き かぼちゃの甘煮 桜漬
8/30(金)	エビ団子の煮物 おかつポン酢和え	天丼 しらたきのたらこ炒め しば漬和え	肉じゃが れんこんの金平 ごま昆布
8/31(土)	三色高野しのだ しらすおろし	☆納涼祭☆ キーマカレー・焼きそば からあげ 枝豆	サバの味噌煮 菜種和え うぐいす豆
9/1(日)	スペイン風オムレツ フレンチドレ和え	タラのおかつ焼き こんにゃくのピリ辛煮 高菜和え	回鍋肉 豆腐シウマイ ナムル
9/2(月)	サンマの甘露煮 オクラの和え物	ささみカツ トマトビーンズ きのこソテー	豚肉のすりごま炒め 切干大根煮 うめしお
9/3(火)	鶏そぼろ信田 わさび和え	冷やしきつねうどん なすの炒め物 バナナ	魚の幽庵焼き ごぼうの煮物 青かつ
9/4(水)	納豆 豚肉の炊き合わせ	鶏肉のチーズ焼き たらこスパゲティ いちご風味ムース	麦とろご飯 厚揚げの卵とじ煮 ボン酢和え
9/5(木)	肉団子ナポリタン味 アスパラサラダ	アジの南蛮漬 なると煮 竹輪のずんだ和え	鶏の有馬焼き ぜんまい炒め煮 りんご缶
9/6(金)	ソーセージ炒め ピーナツ和え	八宝菜 チョレギ和え キウイフルーツ	鶏の治部煮 生姜醤油炒め しその実和え
9/7(土)	はんぺんバター焼き モロヘイヤの和え物	ミートローフ かぼちゃサラダ いんげんソテー	アカウオのもろみ焼き 野菜角煮 白花豆
9/8(日)	温泉卵 磯辺和え	わかめご飯 タラの甘酢あんかけ カニ風味クリームコロッケ 白和え	鶏のねぎ塩焼き さつ揚げの煮物 もずく酢
9/9(月)	イワシの生姜煮 きつね和え	冷やし山菜なめこそば れんこんそぼろ煮 いもようかん	擬製豆腐 和風ロールキャベツ しそ昆布

厳しい暑さが続きますが、熱中症対策はできていますか。熱中症という、炎天下が思い浮かびがちですが、屋内でも多く起きているのが現状です。

年齢を重ねるとともに、暑さに対して鈍感になり、のどの渇きも感じにくくなります。温湿度計を設置してみたり、のどが渇いていなくても時間や量を決めて水分を摂ったりと(持病により水分制限のある方はご注意ください)、熱中症から身を守る行動を心がけましょう。また、ご高齢の方にとって、周囲のサポートはとても大切です。施設内でも、水分摂取を促すお声かけや、水分提供を強化しています。

8月末には納涼祭を予定しておりますので、熱中症対策を万全に、今年の夏も楽しく過ごしましょう。
管理栄養士 小川

【問題】
冷たい料理は、塩味(しょっぱさ)を感じやすい。
※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】「脇」
脇の下に手を入れて、汗をかいているか、湿っているかで判断することができるそうです。また、口の中が乾燥している場合にも、脱水の可能性が考えられます。