



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

暑さも和らぎ山々も紅葉がきれいな季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

先月の納涼祭は皆様のご協力のもと、無事に開催することができました。どうもありがとうございました。ご家族様と一緒にの食事だったためか、いつもよりも多く食べていただいた方も見られました。

今年の夏は厳しい暑さが続いたこともあり、食欲が落ちてしまった利用者様もいらっしゃいましたが、これから食べ物が美味しい季節となります。利用者の皆様には美味しいものを沢山召し上がっていただけるようなレクリエーション等を企画してまいります。

また涼しくなり衣替えの季節となりますので、ご家族様へ冬物の衣類等の依頼をすることもあるかと思います。その際はご協力よろしくお願い致します。

## 10月の行事予定

### ・ハロウィン

※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

### 【祝 敬老会 祝】

15(日)に敬老会を開催しました。百寿の方を筆頭に、白寿・卒寿・米寿・傘寿・古希の方にちゃんちゃんこを着て頂き、職員からお祝いの言葉を贈らせて頂くと、皆様「何だか恥ずかしい」と話されながらも嬉しそうなお様子でした。その後、男性職員によるフラダンスや新人職員による合唱の出し物をさせて頂きました。皆様手拍子されながら堪能されておりました。今年のプレゼントには時計を贈らせて頂きました。皆様と素敵な時間を過ごして頂けることを願っております。



### 【真珠水晶ユニット活動】

18日(水)に真珠、水晶ユニット合同でホットケーキ作りを行いました。米粉を使用したホットケーキを作り、高級なアイスクリームをトッピング。「どの味にしようかな」「全部食べられるかな」と嬉しそうに話される姿が印象的でした。ご自身で作ったケーキは格別だった様で「美味しい!!」と笑顔満開なひと時となりました。



## デイサービスセンター

### 【風船ゲーム】

10日(木)に風船バレー、11日(金)風船飛ばしと2日間続けて風船を使ったゲームを行いました。

浮いた風船がふわふわと浮かぶと「そっちいたよ」「待って待って」とあちらこちらから笑い声が聞こえてきました。目的地までうまく届かなかったりと、夢中になって体を動かしていました。どちらのゲームもたくさん体を動かすゲームのせいか、ゲームが終わったら「へとへとよ」「疲れたけど楽しかったよ」との声が上がっていました。



### 【さんまゲーム】



18日(水)に『さんまゲーム』という新しいゲームを行いました。

ゲームの名前から、本物のサンマが食べられると思っておられた方もおられ、「食べられないの?」と残念がっていました。

不安定になっている網の上に、さんまの重りをお箸で乗せていくというバランスゲームです。

バランスを崩しても制限時間内なら何度でも乗せられますが、相手の様子を伺いながら「ここでやめておこうかな」「まだ乗せられるよね」と考えつつ楽しまれておりました。

## 10月 デイサービス 行事予定

- ・11日 スイーツバイキング
- ・12日 パン食い競争
- ・14日 運動会
- ・15日 十三夜
- ・26日 塗り絵コンテスト
- ・28日 誕生会
- ・29日 サンマ焼き
- ・31日 ハロウィン

## 予定献立(10/10~11/9まで)

日付	朝	昼	夕
#####	ほうれん草炒め 金平ごぼう	タン麺 焼き餃子 バナナ	カレイの煮付け 切干大根の炒め煮 昆布豆
#####	さんま蒲焼 おろし和え	オイスター炒め 豆腐のあんかけ 和え物	肉じゃが ピーマンの炒め物 たいみそ
#####	じゃがいも鶏そぼろ 辛子和え	ホッケの塩焼き 細切り昆布煮 梨	野菜ソース炒め 吹き寄せ野菜 エビと水菜のサラダ
#####	アジの塩焼き たけのこ土佐煮	きのこと飯 鶏パプリカ焼き 炊き合わせ ドレッシング和え	肉団子と白菜の煮物 しらたきタラコ炒め ツナサラダ
#####	豆乳まる揚げ 柚子和え	タラのオーロラソース きのことベーコンソテー たくあん和え	しぐれ煮 アスパラソテー 黄桃缶
#####	焼きビーフン のり佃和え	鶏のにんにく醤油焼き 春雨中華煮 大豆サラダ	アカウオの生姜煮 ブロックリーカンカマあん マヨ和え
#####	納豆 磯和え	エビチャーハン 麻婆豆腐 リンゴ	五目豆腐 じゃこ炒め なめ茸おろし
#####	イワシ生姜煮 ドレ和え	ブリの照り焼き しらたきの金平 わさび和え	柳川風煮 ふるふき大根 みかん缶
#####	ハムソテー 切干大根煮	ハヤシライス シーザーサラダ キウイフルーツ	タラのカレームニエル 菜の花ソテー 白花豆
#####	肉団子 白菜の煮浸し	味噌ラーメン シュウマイ 杏仁豆腐	マヨネーズ焼き ちくわ金平 蒸し鶏の中華和え
#####	厚揚げ煮 オクラごま和え	ゆかりご飯 サワラの葱味噌焼き さつまいもの煮物 辛子和え	磯辺焼き 青梗菜の炒め物 洋ナシ缶
#####	コンソメ煮 卵の花	アジフライ ジャーマンポテト バナナ	鶏の梅照り焼き ナポリタン しそ昆布
#####	スクランブルエッグ 梅和え	鶏唐揚げ ひじきの煮物 ナムル	味噌煮込み お魚のソーセージソ テー
#####	柚子おろし肉団子 しらす和え	月見そば 里芋の柚子味噌煮 小松菜のわさび和え	麦とろご飯 鶏肉の菜種焼き 白桃缶
#####	野菜角煮の煮物 甘酢和え	照り焼きチキン丼 ツナ大根煮 オレンジ	吉野煮 生揚げの高菜炒め のり佃煮
#####	ニンジン甘露煮 春菊のごま和え	わかめご飯 サバの塩焼き 田舎煮 梅おかつ和え	肉豆腐 ほうれん草炒め 漬物

※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。

日付	朝	昼	夕
#####	納豆 青菜のお浸し	ドライカレー ポテトサラダ リンゴヨーグルト	ケチャップ炒め 煮浸し 酢の物
#####	二色パン エビボール煮 じゃがコーンソテー	煮込みハンバーグ たらこスパゲティ もやしサラダ	タラの醤油焼き 青梗菜のクリーム煮 パイナップル
#####	厚焼き玉子 マグロフレーク和え	☆セレクトメニュー☆ チャーシュー丼 とろろうどん・そば	魚のピカタ 蓮根こんにゃく煮 うぐいす豆
#####	がんものうま煮 カリフラワーの和え物	フライ盛り合わせ ポークビーンズ きのこサラダ	チンジャオロース ごぼう土佐煮 からしマヨ和え
#####	はんぺんの煮物 鮭と白菜人参のお浸し	鶏のコーンマヨ焼き 五目煮豆 ずんだ和え	ポトフ いんげんの金平 磯部和え
#####	お魚さつもの煮物 ナムル	クリームシチュー マカロニサラダ フルーツポンチ	ウイナーソテー 白菜のひき肉煮 春雨サラダ
11/1(金)	高野豆腐の卵とし 和風サラダ	五目あんかけうどん はんぺんの煮物 マンゴー缶	サバの赤味噌焼き 青菜のソテー 水菜のポン酢和え
11/2(土)	野菜角煮 おからサラダ	タラの野菜あんかけ じゃがいもの煮物 タラマヨ和え	ホワイトシチュー ケチャップ炒め 漬物
11/3(日)	五目信田煮 オクラおかつ和え	ブリの照り焼き 生揚げと大根の煮物 わさび和え	野菜炒め ごま昆布炒め しらす和え
11/4(月)	柚子おろし肉団子 水菜の和え物	エビチリ風 ピーナツ和え 白菜漬	磯辺焼き にら炒め 洋ナシ缶
11/5(火)	豚ほうれん草炒め 五目卵の花	ひじきご飯 赤魚揚げおろし煮 ごま煮しめ リンゴ	麦とろご飯 味噌煮込み ピーマンじゃこ炒め
11/6(水)	納豆 マグロフレーク和え	山菜ピラフ 厚焼き玉子 大学芋	豆腐のうま煮 がんもの煮物 リンゴ缶
11/7(木)	お魚のソーセージソ テー お浸し	ポークカレー 春雨サラダ みかんヨーグルト	サワラ西京焼き 炒り豆腐 酢の物
11/8(金)	ちくわの土佐煮 梅和え	アジの南蛮漬け アスパラのソテー 大豆サラダ	しぐれ煮 さつまいもレモン煮 ずんだ和え
11/9(土)	サンマ蒲焼風 辛子和え	けんちんそば エビシュウマイ カスタードプリン	カレイの煮付け もやしサラダ 白花豆

お口の中だけでなく、全身の健康のために欠かすことのできない唾液は、1日あたり1~1.5Lくらい分泌されると言われています。唾液の分泌量が減ってしまうと、嚥んだり飲み込んだりすることが難しくなり、食べ物をおいしく味わうことができなくなってしまいます。唾液の分泌量が減る原因には、緊張や不安、水分不足、くすりの副作用、病気などが挙げられます。誤嚥性肺炎の原因ともなり得るので、持病による制限が無ければ日々の水分摂取を心がけてください。

管理栄養士 小川

## 新職員紹介



9月より介護士として働かせていただいております。介護士として、利用者様の安心安楽をモットーに一生懸命頑張らせていただきます! よろしくお願ひいたします。

【特養介護職員】今川 彩 (イカガ アヤ)

## ◎ 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ひ致します。

※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。