

季節を感じるアジサイが色鮮やかに咲くこの時期、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
 日頃より、当施設の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。最近、面会や外出の機会も増え、ご入居者様のご家族様と直接触れ合うことが出来るようになり、入居者様の心の大きな支えとなっております。皆さまの笑顔の数も日に日に多くなり、施設全体が活気に溢れております。今後も、安全で穏やかな生活環境づくりに職員一同努めてまいりますので、引き続きどうぞよろしくお願ひいたします。
 梅雨入りし、蒸し暑い日が増えてまいりましたが、どうぞお体に気を付けて、体調を崩さぬようお過ごしください。

6月の行事予定
居酒屋喫茶 18日(木)
 ※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

【たご焼き屋さん】
 24日(日)、食べ放題ともいえる、毎年恒例の「たご焼き屋さん」を行いました。本格屋台のたご焼きを目指し、職員が試行錯誤しながら完成した一品!!「中にウイナーが入っているね、私のはチーズだよ」と、食べてみてのお楽しみもあり、あつという間に売り切れに!!
 食べる側は満腹、作る側は満足の行事となりました。

【ユニットレク】

各ユニットでは、入居者様のご要望で毎回様々なレクリエーションを行っております。
 体を動かす事や、外の空気を吸って気分転換等、喜んで頂ける内容を日々楽しんでいます。
 中でも一番人気は、シンプルに『甘い物を堪能する』事です。職員も嬉しそうに入居者様の甘い笑顔に癒されております。

新職員紹介
 特養の金剛石ユニットに配属になりました。入居者様に安心して過ごして頂けるお手伝いと、コミュニケーションを大切にしながら頑張ります。お気軽にお声掛け下さい。宜しくお願いいたします。
 【特養介護職員】福田 涼(フクダ リョウ)

デイサービスセンター

【藤の花ドライブ】
 5日、6日は常陸太田へ藤の花を観に行ってきました。紫、白、ピンクなど様々な色の藤の花が咲いており、皆様圧巻の光景にしばし見入っておられました。
【母の日リッツパーティ】
 11日は母の日の翌日ということで、日頃の感謝の気持ちを込めて職員より利用者の皆様へ、飛び出すカーネーションのカードと、色々な具材を乗せたリッツをプレゼントしました。皆様喜んで召し上がっていただけました。

【花笠音頭】
 13日と29日は花笠音頭を皆様で踊りました。職員手作りの花笠をひとりひとり持ち、振り付けの練習を入念に行い、最後はみなさま全員で立派に元気に踊りあげました。いつもとは違うレクリエーションをととも楽しまれていました。

6月 デイサービス行事予定

- 3日 おやつイベント
- 8日 みんなで歌おうの会
- 11日 おやつイベント
- 15日 おやつイベント
- 20日 父の日イベント
- 30日 誕生会

新職員紹介
 4月1日付で石名坂デイに異動になりました。池の川、千石と他デイサービスでの経験を活かし、皆様楽しく過ごせるようお手伝いが出来ればと思っています。今後とも宜しくお願いします。
 【デイ介護職員】川前 奈々恵(カワマエ ナナエ)

◎ ご家族様へのお願い ◎
 令和7年4月より面会方法が変更になっております。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い致します。
 ※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。

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
6/10(水)	野菜クリーム煮 いんげんのごま和え	きつねそば エビしんじょう メロンムース	カレイの煮付け こんにやくのすき煮 漬物
6/11(木)	納豆 ウイナーソテー	ハンバーグ梅おくらソース じゃがいもタラコ炒め ハリハリ漬け風	野菜卵とじ 厚揚げの煮物 洋ナシ缶
6/12(金)	イワシ生姜煮 なめ茸おろし	ドライカレー ハムサラダ コーヒーゼリー	赤魚の粕漬焼き さつまいも甘煮 ドレ和え
6/13(土)	やわらかチキン ゆかり和え	魚のねぎ味噌焼き 筑前煮 たくあん和え	豚肉のすりごま焼き さつまいもの煮物 金時豆
6/14(日)	鮭の塩焼き 大根の甘酢和え	どうもろこしはん チキン南蛮 揚げなす 春雨サラダ	肉じゃが ちくわ金平 たいみそ
6/15(月)	目玉焼き風 ブロッコリーのサラダ	豚しょうが焼き じゃこ炒め レアチーズケーキ風ムース	ちゃんちゃん焼き風 冬瓜のうすくず煮 冷奴
6/16(火)	納豆 はんぺんの煮物	ピーマンの肉詰め風 ポークビーンズ バナナ	プリの照り焼き ひき肉ともやし炒め 漬物
6/17(水)	二色パン オムレツ 大根のサラダ	サバの塩焼き ひじき煮 和風スパサラ	チキンはちみつ焼き 豆腐しんじょうの煮物 なすめんつゆ和え
6/18(木)	エビ団子煮 わさび和え	☆居酒屋喫茶☆ 五目御飯 アジの昆布煮 きゅうりの浅漬	豚吉野煮 五目卵の花 青菜のお浸し
6/19(金)	ミートボール 生姜醤油和え	コロツケ アスパラソテー マカロニサラダ	赤魚の塩焼き 豚ひき肉の炒め煮 酢の物
6/20(土)	二色玉 ささげのお浸し	塩タンメン エビシユウマイ オレンジ	麦とろご飯 しくれ煮 ベーコンソテー
6/21(日)	カニ風味高野豆腐 ほうれん草白和え	サワラの西京焼き 五目大豆煮 華風和え	豚味噌炒め ひじき入り玉子焼き うめびしお
6/22(月)	ちくわの煮物 磯辺和え	照り焼きハンバーグ 野菜のトマト煮 みかん缶	魚のもろみ焼き 里芋のそぼろ煮 和風サラダ
6/23(火)	目玉焼き風 オクラのおかか和え	魚のきのこあんかけ かぼちゃ小倉煮 春雨サラダ	焼き餃子 にら炒め フレーク和え
6/24(水)	納豆 金平ごぼう	☆セレクトメニュー☆ カレーうどん エビ天うどん	粕漬焼き きのこのマヨ炒め うぐいす煮豆
6/25(木)	ウイナー ゆかり和え	魚のレモンバター醤油 洋風炒め フルーツヨーグルト	鶏ごぼう味噌炒め しらたきタラコ炒め のり佃煮

日付	朝	昼	夕
6/26(金)	信田煮 モロヘイヤのお浸し	三色丼 さつまいもの煮物 マンゴー缶	プリの照り焼き じゃがいも鶏そぼろ ひじきサラダ
6/27(土)	豚肉の炊き合わせ チンゲン菜の煮浸し	白身フライ きのごソテー キャベツのレモン和え	鶏肉の菜種焼き 生揚げの高菜炒め おろし和え
6/28(日)	二色パン スペイン風バイクドエッグ フレンチサラダ	麻婆なす カニカマロール 棒々鶏	魚の煮付け 白菜の柚子浸し 漬物
6/29(月)	イワシの生姜煮 小松菜のごま和え	鶏のハニーマスタードソース ブロッコリー甘辛炒め 和風スパサラ	野菜肉巻き ごぼうサラダ うめびしお
6/30(火)	高野豆腐の卵とじ 磯和え	ポークカレー チーズ入りサラダ オレンジ	麦とろご飯 サワラのねぎ味噌焼き もやしソテー
7/1(水)	納豆 ハムソテー	カレイの煮付け 金平ごぼう 梅おかか和え	和風卵焼き 炒め煮 うずら豆煮
7/2(木)	ミートボールナポリタン おからサラダ	かに玉 ジャーマンポテト クルトンサラダ	プリの味噌焼き 青菜の炒め物 ドレッシング和え
7/3(金)	里芋の柚子味噌煮 温泉卵	豚肉のすりごま焼き くるみ和え バナナ	豆腐のうま煮 もやし炒め うめびしお
7/4(土)	鮭の塩焼き くるみ和え	ピピンパ井 含め煮 フルーツポンチ	魚の照り焼き なすそぼろ煮 オクラさつぱり和え
7/5(日)	二色パン オムレツ ほうれん草バターソテー	サバの塩焼き じゃがいもタラコ炒め わさび和え	炒り豆腐 水菜サラダ 昆布の佃煮
7/6(月)	ウイナーソテー ふきの煮物	チンジャオロース 焼きビーフン 漬物	麦とろご飯 アジのカレームニエル 大根甘辛炒め
7/7(火)	厚焼き玉子 青菜の煮浸し	そうめん 星のコロツケ 七夕ゼリー	鶏肉のマーレド焼き 豆腐とカニのあんかけ うぐいす煮豆
7/8(水)	野菜角煮の煮物 ほうれん草の和え物	煮込みハンバーグ チョコギサラダ さつまいもレモン煮	ホッケの塩焼き 豚肉の中華炒め 白桃缶
7/9(木)	肉団子の煮物 カニカマサラダ	かぼちゃカレー コールスローサラダ フルーツカクテル	魚のねぎ味噌焼き いんげんの金平 ポン酢和え

気温や湿度が高くなるこれからの季節は、細菌が増えやすく、食中毒が発生しやすい時期です。食中毒になると、腹痛や下痢、嘔吐、発熱などの症状が現れます。特に高齢の方は重症化しやすいので、予防を心がけましょう。
 食中毒の原因には、細菌やウイルス、またはそれらが作り出す毒素があります。代表的なものとして、サルモネラ菌やカンピロバクターなどが知られています。
 食中毒予防の基本は、「つけない・増やさない・やっつける」という3つの原則です。「つけない」は、こまめな手洗いや調理器具の洗浄・消毒を行い、細菌やウイルスを食品に付着させないことです。「増やさない」は、食品を適切な温度で保存し、細菌の増殖を防ぐことです。「やっつける」は、食品の中心部までしっかり加熱し、細菌やウイルスを死滅させることを意味します。
 毎日のちょっとした心がけが、食中毒の予防につながります。健康を守るためにも、「食中毒予防の3原則」を意識し、安全で安心な食生活を送りましょう。
 管理栄養士 小川

【問題】
 健康のためには、いつも栄養バランスに気を付ける必要がある。○か×か。
 ※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】「×」
 料理が空気に触れないようにすれば、外からの汚染を防ぐことはできますが、酸素を好まない菌にとっては都合の良い環境になってしまう可能性があります。
 【先月の問題】
 料理が空気に触れないようにすることで、食中毒が予防できる。○か×か。