

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



朝晩の冷え込みに秋の深まりを感じる季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。施設では皆様穏やかな日々を過ごされています。
厳しい暑さが続いた夏も過ぎ、いよいよ食欲の秋を迎えます。今後は無理なく体を動かし、旬の味覚を楽しんでいただけるような食をテーマとしたレクリエーションを企画してまいります。入居者の皆様からのアイデアやご要望も積極的に聞きながら、ワクワクするような時間を皆様と一緒に作ってまいります。
季節の変わり目でございますので、どうぞお体を大切にお過ごしください。今後も皆様の笑顔あふれる日常の様子をお届けしてまいります。

特別養護老人ホーム

【敬老会】

9月22日、施設3大行事の1つである敬老会を盛大に開催いたしました。職員による合唱や、遠方からのスペシャルゲスト、『寿寿』による素敵な歌謡ショーのほか、長寿表彰や生い立ちの紹介を行い、会場は温かい拍手に包まれました。施設長からお祝いの品をお一人お一人お渡しすると、「貰うと有り難いね」と喜んでくださり、皆様の笑顔あふれる素晴らしい一日となりました。



【🍉ユニットレク🍉】

今月も各ユニットで季節のレクリエーションを行いました。ユニットごとの敬老会や誕生会では、秋の味覚を使ったケーキやプリンを楽しんだほか、十五夜には手作りの団子を食べやすい形にして堪能され、秋の訪れを感じるひとときとなりました。

新職員紹介



他施設で6年程介護経験があります。まだまだ未熟ではありますが、入居者様に寄り添った介護士を目指して頑張ります。
楽しい時間を一緒に過ごしていきますよう。よろしくお願いいたします。
【特養介護職員】中込 賢(ナカゴミ ケン)

◎ ご家族様へのお願い ◎

令和8年11月より面会方法が変更になります。11/1～3/31まで、9時～17時の間で1組2名まで30分以内でお願いいたします。マスク着用で身体接触をせず1m以上距離はおかけ下さい。完全予約制となります。外出についても、冬季期間は中止させていただきます。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いたします。
※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いたします。

10月の行事予定

・31日(土) 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

デイサービスセンター

【さんま祭り】

10月16日、「さんま祭り」を行いました。香ばしく焼き上がる様子を皆様楽しんでに眺められ、配膳時には大きな歓声が上がりました。旬の味覚を存分に味わった秋の一日となりました。

【敬老会】

9月22日に敬老会を開催いたしました。昼食には天ぷらやお赤飯などの特別メニューをご堪能いただき、午後からは大好評のボランティアバンドによる演奏会を皆様で楽しめました。今年のプレゼントには、これからの季節に活躍する暖かいひざ掛けをご用意いたしました。ぜひ末永くご愛用ください。

【彼岸花ドライブ】

9月25日、常陸太田市の源氏川へ彼岸花を観に行きました。満開に咲き誇る赤い花々に包まれ、皆様笑顔で記念撮影を楽しみました。



10月 デイサービス 行事予定

- | | | | |
|-------|----------|-------|---------|
| ・ 2日 | どら焼き・工作 | ・ 8日 | おやつイベント |
| ・ 10日 | 秋のミニ運動会 | ・ 15日 | カレンダー作り |
| ・ 23日 | お菓子釣りゲーム | ・ 29日 | 誕生日会 |

新職員紹介



介護職未経験ですが、一つ一つ覚えて頑張っていこうと思います。よろしくお願いいたします。

【デイサービス介護職員】桐原 聡(キリハラ サトシ)

🍜 予定献立(10/10～11/9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
10/10(土)	厚焼き玉子 揚げなす煮	たぬきそば バンバンジー みかんヨーグルト	アジ塩焼き 里芋の千草あんかけ 漬物
10/11(日)	二色パン ウインナー 青菜の柚子香和え	栗ご飯 ちゃんちゃん焼き風 がんもの煮物 辛子和え	スパニッシュオムレツ きのこスパゲティ フルーツカクテル
10/12(月)	納豆 切干大根煮	肉うどん エビサラダ バナナ	赤魚の煮付け なす炒り 白菜のおかか和え
10/13(火)	肉団子の旨煮 いんげん胡桃和え	カレイの野菜あんかけ さつまいも甘辛炒め わさび醤油和え	鶏肉マーメレード煮 ツナサラダ 昆布佃煮
10/14(水)	野菜炒め なめ茸おろし	蒸し鶏辛子味噌かけ さつま揚げの煮物 春雨サラダ	麻婆なす 豆腐チャンプルー モロヘイヤお浸し
10/15(木)	炒り卵 金平大根	チキンカレー 白菜サラダ パイン缶	香草パン粉焼き じゃがいも甘味噌かけ しその実漬け
10/16(金)	野菜角煮 もやしゆかり和え	味噌カツ丼 きのこソテー プリン	魚のうまみ鍋風 卵豆腐 青菜のマヨ和え
10/17(土)	ツナじゃが ブロックリーごま和え	エビのチリソース チヨレギサラダ 大学芋	親子煮 ひじき煮 湯豆腐
10/18(日)	納豆 大根とあさりの煮物	山椒炒め かぼちゃの煮物 オクラの和え物	魚のもろみ焼き ぜんまい炒め煮 みかん缶
10/19(月)	オムレツ ほうれん草バターソテー	おろしそハンバーグ ポテトサラダ 黄桃缶	回鍋肉 高野豆腐の含め煮 漬物
10/20(火)	がんもの煮物 塩昆布和え	タンドリーチキン 揚げなすのボン酢和え 辛子和え	アジのムニエル 里芋ごま味噌和え ほうれん草の煮浸し
10/21(水)	いわしの梅しそ煮 焼きビーフン	タン麺 シュウマイ 黒蜜寒天	豚の生姜焼き マカロニサラダ 洋なし缶
10/22(木)	目玉焼き風 しらすおろし	揚げ魚の甘辛煮 炒り豆腐 オレンジ	八宝菜 ザーサイのソテー うぐいす豆
10/23(金)	信田煮 青菜のお浸し	ミートローフ ナポリタン リング缶	カレイの煮付け じゃがいものそぼろ煮 酢の物
10/24(土)	納豆 切干大根煮	サバの塩焼き 冬瓜のあんかけ 花野菜サラダ	スペイン風オムレツ きのこバターしょうゆソテー たいみそ
10/25(日)	野菜ソテー おかか和え	チキン南蛮漬け ツナサラダ 三色豆	ホッケの塩焼き 切り昆布の煮物 漬物

日付	朝	昼	夕
10/26(月)	肉団子柚子おろし ピーナツ和え	味噌うどん れんこん甘辛炒め きゅうりの浅漬け	鶏つくね 白菜のレモン和え のり佃煮
10/27(火)	五目卵焼き カリフラワースープ煮 バナナ	カツカレー ビーンズサラダ バナナ	麦とろご飯 カレイの梅煮 白和え
10/28(水)	カニ風味高野豆腐煮 しその実和え	タラのポテマヨ焼き シーザーサラダ 揚げなすのみぞれかけ	焼き肉風 春雨の炒め物 ごま和え
10/29(木)	二色パン スクランブルエッグ コンソメ煮	麻婆豆腐 さつま芋とらごの甘煮 パンバンジー	サワらのねぎ味噌焼き エビマヨ炒め 昆布佃煮
10/30(金)	納豆 あさり大根煮	☆セレクトメニュー☆ 五目きのこごはん 竹輪天うどん・そば	肉じゃが ほうれん草お浸し みかん缶
10/31(土)	はんぺん卵とじ 青菜の生姜醤油和え	コロッケ チンゲン菜中華炒め オレンジ	チンジャオロース 白菜と海老の中華煮 漬物
11/1(日)	さつま揚げの煮物 温泉卵	栗と鶏肉のオイスター炒め 焼きビーフン 辛子和え	赤魚の照り煮 おでん風 金時豆
11/2(月)	肉団子の黒酢あん ピーマンのソテー	鮭のフライ 切干とベーコンの炒め煮 漬物	豚皿 大学芋 春雨サラダ
11/3(火)	なすと厚揚げの味噌煮 おかか和え	えびチャーハン 鶏唐揚げ ナムル	ホッケの塩焼き 大根と人参の金平 マンゴー缶
11/4(水)	鶏そぼろ 卵の花	山菜そば ツナサラダ みかん	煮込みハンバーグ たらごソテー ごま和え
11/5(木)	納豆 大根の煮物	ポークカレー ごぼうサラダ ピーチゼリー	かに玉 豚肉の炊き合わせ なめ茸和え
11/6(金)	厚焼き玉子 ひじき入り蓮根金平	トンカツ 中華風炒め 白菜サラダ	カレイのみぞれ煮 青菜の柚子香和え うぐいす豆
11/7(土)	ソースソテー ゆかり和え	サバの味噌煮 かぶのうすくず煮 さつま芋サラダ	肉豆腐 白菜のクリーム煮 パイン缶
11/8(日)	さんまの甘露煮 白和え	栗飯 酢豚 ハンサンズー 南瓜の甘煮	炒り豆腐 生姜醤油和え たいみそ
11/9(月)	いなり煮 おろし和え	オムライス フレンチサラダ 抹茶ババロア	カレイの野菜蒸し 根菜のあんかけ 高菜漬け

美味しいものを、たくさん楽しむことのできる秋となりました。いつまでも元気で過ごすために、しっかりと食べながら丈夫な骨づくりをしてみませんか。
骨を強くする栄養素といえばカルシウムですが、このほかに「ビタミンD」をいっしょに摂ることで、体への吸収率がぐっと高まります。ビタミンDは、鮭・秋刀魚といった魚介類や、しいたけなどのきのこ類に豊富に含まれています。また、ビタミンDは太陽の光を浴びることで、体内でつくられます。
秋の味覚を楽しみながら、気持ちのいい秋晴れの日には、窓辺でぽかぽか日光浴というのはいかがでしょう。丈夫な身体づくりで、元気に過ごしてください。

管理栄養士 小川