

社会福祉法人 愛孝会
福祉の森 聖孝園
ふれあい通信
令和7年(2025年) NO.279
8月号

梅雨もやっと明け、夏本番といったところでしょうか。しかし、連日気温が高く、猛暑です。引き続き、入居者・利用者の皆様には水分補給を促し、脱水や夏バテ予防に努めるとともに、こまめな体調確認をしております。ご家族様も水分はしっかり摂り、脱水等にはくれぐれもお気を付けください。
8月9日には納涼祭を開催します！納涼祭の様子は次号のふれあい通信280号でお知らせします！

8月10日(日)から9月9日(火)の献立							
日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
8/10 (日)	鶏の信田煮 ひじき煮	親子煮 マカロニのトマト煮 なめ茸和え	麻婆豆腐 中華炒め 大根とワカメの酢の物	26 (火)	白菜と海老の中華煮 おろし和え	さばの竜田揚げ 吹き寄せ野菜 ハリハリ漬け風	肉団子の五目煮 アスパラのバター醤油炒め 柚子味噌和え
11 (月)	柚子おろし肉団子 土佐煮	スパイシー唐揚げ ツナ和え オレンジ	ホッケの塩焼き 切り昆布の煮物 カニカマ和え	27 (水)	高野豆腐の含め煮 いんげんの和え物	チンジャオロース 麻婆春雨 ナムル	松風焼き 花野菜の洋風煮 りんご
12 (火)	ソーセージソテー 白和え	ハヤシライス 青梗菜の炒め煮 ポテトサラダ	鶏肉の中華風照り焼き 野菜の中華煮 しそ昆布	28 (木)	いわし生姜煮 小松菜のおかか和え	セレクトメニュー A ネバネバ丼 B カレーうどん C カレーそば	鶏の照焼き 青梗菜の和え物 三色煮豆
13 (水)	チキンボールの旨煮 菜の花のお浸し	エビピラフ 豆腐の和風あんかけ ピーチムース	回鍋肉 ほうれん草のソテー ゴマサラダ	29 (金)	納豆 大根と青菜のお浸し	魚のムニエル トマトソースがけ 厚揚げ煮 マヨネーズ和え	筑前煮 中華炒め 漬物
14 (木)	アジの塩焼き モロヘイヤのお浸し	三色丼 五目豆煮 マカロニサラダ	鶏のねぎ塩焼き 根菜煮 オクラ和え物	30 (土)	はんぺんの煮物 なめ茸和え	アジ香草焼き 炒め煮 菜の花和え物	チーズ入りオムレツ キャベツのコンソメ煮 ごま昆布
15 (金)	里芋そぼろ煮 梅和え	かやくご飯 魚の照り焼き 高野豆腐の煮物 辛子和え	柳川風 ザーサイ炒め 昆布豆	31 (日)	ハムソテー いんげんと人参のナムル	鶏と野菜の甘辛煮 茄子カレー炒め 春雨サラダ	肉じゃが カリフラワー中華炒め パイナップル
16 (土)	厚揚げ煮物 オクラおかか和え	鶏パプリカ焼き さつま芋レモン煮 いんげんのくのみ和え	さばのおろし煮 大豆と野菜の煮物 たいみそ	9/1 (月)	厚焼き玉子 キャベツのゆかり和え	散らし寿司 含め煮 わさび和え	ホッケの塩焼き 味噌煮 和え物
17 (日)	ちくわの土佐煮 小松菜とじゃこ	菜飯 サワラの幽庵焼き 浅漬け風	麦とろご飯 肉豆腐 花野菜サラダ	2 (火)	小松菜の煮浸し ひじき煮	鶏のおろしソースがけ 炒め煮 ピーチムース	柳川風煮 もやし炒め 梅びしお
18 (月)	野菜卵とじ おからサラダ	スタミナ丼 シーフードサラダ 洋梨	魚のバター醤油焼き なべしぎ 漬物	3 (水)	焼きビーフン 胡麻和え	サーモンフライ ポテトサラダ 五目豆煮豆	炒り豆腐 青菜の炒め物 しそ昆布
19 (火)	豆乳まる揚げ 塩昆布和え	山菜おろしそば じゃが芋たらこ炒め かやく和え	しぐれ煮 蓮根こんにゃく煮 きのこ胡麻醤油和え	4 (木)	二色パン オムレツ バターソテー	豚の生姜炒め 里芋の胡麻煮 春雨サラダ	魚のにんにく醤油焼き オイスターソース炒め さつま芋サラダ
20 (水)	納豆 切干大根	チキンカツ かぼちゃの煮物 漬物	魚の味噌焼き 煮浸し 煮豆	5 (金)	納豆 菜の花の辛し和え	魚の磯辺焼き じゃが芋土佐煮 かやく和え	肉団子と白菜の煮物 生姜炒め 漬物
21 (木)	二色パン オムレツ マヨサラダ	ポークカレー 海藻サラダ カスタードプリン	豆腐の旨煮 ピーマンのじゃこ炒め みぞれ酢和え	6 (土)	卵とじ カリフラワーのおかか和え	鶏肉ピザ焼き きのこのベーコンソテー 青じそドレッシング和え	アジの味噌焼き 厚揚げ煮 お浸し
22 (金)	さんま蒲焼風 もやしと人参のサラダ	照焼きハンバーグ 高菜炒め シーザーサラダ	味噌煮込み きのこ野菜炒め のり佃煮	7 (日)	さんま蒲焼 小松菜の煮浸し	魚の香草パン粉焼き たらこスパゲッティ ハムサラダ	麦とろご飯 すき焼き風 金平牛蒡
23 (土)	ニラ玉 小松菜のお浸し	八宝菜 餃子 さつま芋サラダ	鶏の香草パン粉焼き 金平牛蒡 梅びしお	8 (月)	そぼろ入りほうれん草炒め お浸し	親子焼き なると煮 海苔和え	赤魚の煮付 刻み昆布のやわらか煮 ポン酢和え
24 (日)	えび団子煮 柚子ドレッシング和え	野菜炒め 茄子の味噌炒め みかんヨーグルト	たららのマヨネーズ焼き ひじき煮 ゆかり和え	9 (火)	いわしゴマ味噌煮 揚げなす煮	野菜塩タンメン しゅうまい マンゴー	豚ニラ炒め 中華ソテー たいみそ
25 (月)	ひき肉の炒め煮 しらす和え	ゆかりご飯 チキンマスタード焼き ぜんまい炒め煮 梅和え	魚のピカタ きのこベーコンのソテー 黄桃	※記載されている他に御飯と味噌汁が付きます。 都合により献立が変更になる場合もございます。ご了承ください。			

特養

「七夕」 「ソフトクリーム会」

7月7日、七夕まつりを行ないました。大きな笹竹に「元気で長生き」など、入居者様の願いが込められた短冊を飾りました。職員が作った顔出しパネルを使って織姫と彦星に扮して写真撮影も行ないました。「うまく撮れてる?」「似合ってる?」との声も聞かれ、楽しんでいただけました。
7月25日には『ソフトクリーム会』を開催しました。ソフトクリームメーカーを使って出来たてのソフトクリームを器やコーンカップへ盛り付け、好みにチョコやフルーツソースなどをトッピングをしました。皆様楽しんでいただいている様子で、「うまくできるかな〜」とソワソワとソフトクリームメーカーと向き合い、出来上がったアイスをお口にすると「冷たい!おいしい!」と大満足。夏の蒸し暑さを忘れる楽しいひと時となりました。



<8月の予定>
9日(土)納涼祭 24日(日)誕生会

グループホーム

「七夕」 「家族懇談会・懇親会」

7月7日、今年も願いを込めて書いた短冊と七夕飾りを笹竹に飾りました。「美味しい物が食べたい」「健康で長生きできますように」等お互いの短冊を見せ合い楽しくお話をされていました。
7月13日は、家族懇談会・懇親会を開催しました。懇親会ではおやつバイキングを行い、入居者様と一緒に好みのお菓子やケーキなどを選んでもらい、ご賞味いただきました。レクリエーションではO×ゲームと写真を見て名前を当てるゲーム「私は誰でしょう?」を行ないました。皆さん色々と話し合いながら回答し、正解に一喜一憂しながら盛り上がりました。ご家族様もご参加いただきありがとうございました。これからも入居者様とご家族様との「ふれあい」の時間を大切にしていきたいと思っております。



<8月の予定>
9日(土)納涼祭 26日(火)新館・本館誕生会
20日(水)新館誕生会 31日(日)フラワーアレンジメント

デイサービス

「7月のデイサービス」

7月のデイサービスも内容盛りだくさんでした！七夕週間は願い事を短冊に書き、笹竹に願い事が叶いますようにと飾りつけしました。どんな願い事をしましたか？
10日は、久しぶりにフラダンスボランティアの方が来園し、聞き覚えがある曲に合わせてフラダンスを披露していただきました。利用者様の顔もほころび、一緒に手振りなども真似て楽しみました。
18日は、絵手紙作成、真剣に絵筆や色鉛筆を持ち、色とりどりの絵手紙が仕上がりました。
今月から26日は風呂の日として、入浴後、アイスキャンディーを提供させていただきます。「お風呂上りさっぱりして美味しいね〜！」と利用者様の皆様から好評でした。8月も、納涼祭ほか、楽しいデイサービスを目指して、皆様をお待ちしています。



<8月の予定>
9日(土)納涼祭 21日(木)パフェパーティー
13日(水)、15日(金)たるそうめん 26日(火)風呂の日

デイサービスセンター1日無料体験・見学受付中!!

介護の悩みは一人で抱え込まずに、
お気軽にご相談ください。



◎ ショートステイのご案内 ◎

介護認定を受け、要支援1~要介護5と認定された方が利用できます。施設に短期間入所して、食事・入浴・着替え・排泄・生活リハビリ・レクリエーションなどの介護を受けるサービスです。ご家庭で介護をされる方が、冠婚葬祭などで留守にする際にもご利用頂けます。また、定期的に利用することも可能です。(利用期間はご相談に応じます。) 詳しくは、担当ケアマネジャー、もしくは当施設にご相談下さい。

~夏の水分補給について~
毎日暑い日が続いていますね。体調はいかがですか。こまめな水分補給や十分な睡眠、栄養を摂って暑い夏を乗り切りましょう！今回は水分補給のポイントについてお伝えしたいと思います。

- ①こまめに水分補給
喉の渇きは脱水が始まっている証拠であり、渇きを感じてから水を飲むのではなく、渇きを感じる前に水分を摂ることが大事です。1日に摂る水分の目安は食事から1リットル、飲料から約1~1.2リットルです。1日7~8回を目安にこまめな水分補給をしてください。
- ②ジュースやスポーツドリンクの飲み過ぎ注意
糖分を摂りすぎると空腹を感じにくくなり、夏バテの原因となります。運動時以外の日常の水分補給には水や麦茶を選びましょう。
- ③冷たい飲み物に注意
冷たい飲み物は、胃や腸の働きを悪くし、下痢の原因になってしまいます。常温に近いものを飲みましょう。
- ④経口補水液の適切な使用
経口補水液は脱水状態でない方が、普段の水分補給として飲むものではありません。ナトリウムやカリウムが多く含まれているため、持病がある方は注意が必要です。

管理栄養士 江連 晴美

社会福祉法人 愛孝会
福祉の森 聖孝園
〒319-1305
日上市十町高原333-6
TEL 0294-39-1166
Fax 0294-39-1167
http://www.aikohkai.or.jp
/
seikoen/index.html
いつでもご見学・相談を
お受けしております