



社会福祉法人 愛孝会

福祉の森 聖孝園

## ふれあい通信

令和8年(2026年) NO.284



1月号

新年明けましておめでとうございます。旧年中は皆様方のご支援とご協力のもと、充実した一年を過ごすことができましたことを心より御礼申し上げます。本年もご利用者の皆様が安心して笑顔で過ごしていただけるよう、職員一同より一層努力してまいりますので、ご理解とご協力の程よろしくお願ひいたします。

これからより一層、寒い日が続き空気も乾燥しますので、加湿とこまめな換気を行い、引き続き入居者様の健康管理に努めたいと思います。



## 特 養

## 『クリスマス会』

冬の一大イベント「クリスマス会」を12月22日に開催しました。ジンジャーエールで乾杯をし、運ばれてきたオードブルバイキングで食事を楽しみました。職員の出し物のハンドベルでジングルベルの合唱を行ない、最後にサンタクロースからのプレゼントを受け取り、沢山の笑顔が見られた一日となりました。



## 『もちつき(鏡餅作り)』

12月25日に年末の風物詩「もちつき」と「鏡餅つくり」を行ないました。入居者様にも杵を持ってお手伝いいただき、職員と協力してもちをつきました。つきたてのおもちは入居者様の手で鏡餅にしていただき、各部署へ飾りました。



&lt;1月の予定&gt; 18日(日) 誕生会 ※未定 初詣

## グループホーム

『クリスマス会』  
『フラワーアレンジメント』

12月22日はクリスマス会を行いました。昼食はクリスマスメニューのオードブルで食事を楽しみ、午後にはサンタクロースからプレゼントを受け取り、記念撮影をしました。

12月28日は生花を使ったフラワーアレンジメントを行いました。今回は、松や梅、菊などお正月に飾るお花を生けました。

職員と一緒に楽しみながら、個性豊かにそれぞれの作品を仕上げていきました。出来上がったアレンジメントを眺めながら「すごく綺麗だね。」「素敵に出来たね」など笑顔で話されておりました。新しい年も皆さん元気で楽しい一年を過ごしましょうね。



&lt;1月の予定&gt;

1日(木)新年会  
2日(金)書初め15日(木)新館初詣・本館誕生会  
18日(日)本館誕生会  
20日(火)本館初詣

## デイサービス

## 『12月のデイサービスより』

12月22日～27日のクリスマス週間では、先月利用者の皆様で作った、壁飾りをバックに写真撮影会を行ないました。今年のクリスマスプレゼントは、足元がボカボカになる暖かい靴下をご用意させていただきました。寒い日が続くので足元から身体を温めましょう！

冬至の日には、今年も利用者様からいただいたゆずを浴槽に浮かべてゆず湯で身体が暖まりました。ありがとうございました。

そして一年間のご愛顧を感謝して年末年忘れビンゴ大会を行ないました。今年の特賞は誰の手に？！列が揃い始めると「ビンゴ！！」と嬉しそうな声が続々と聞かれました。

令和8年も美味しい食べ物や作品作りなどの楽しい行事を盛りだくさんご用意してお待ちしております。



&lt;1月の予定&gt;

5日(月)絵馬作り  
7日(水)甘酒パーティー  
9日(金)初釜15日(木)すき焼きパーティー(新年会)  
17日(土)獅子舞会  
20日(火)どら焼きパーティー

## 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。

## 1月10日(土)から2月9日(月)の献立

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
1/10 (土)	いわしのおかか煮 しその実和え	豚生姜焼き 大根の肉味噌がけ ボテトサラダ	魚の葉種焼き ほんべんの煮物 ねり梅	26 (月)	豆乳まる揚げ煮 ピーナッツ和え	セレクトメニュー A スタミナ丼 B 親子丼	赤魚の粕漬焼き 中華炒め さつま芋甘煮
11 (日)	厚焼き玉子 カリフラワーサラダ	鶏肉ねぎソース 南瓜の煮物 白菜柚子和え	さばの塩焼き あんかけ豆腐 みかん	27 (火)	温泉卵 キャベツのおかか和え	タラのマヨネーズ焼き 牛蒡炒り煮 ポテトサラダ	豚肉野菜巻き じやこ炒め たいみそ
12 (月)	豆腐真丈の煮物 なめ茸和え	魚の甘辛煮 炊き合せ パンバニジー	鶏肉のくわ焼き 青菜の炒め物 漬物	28 (水)	納豆 金平牛蒡	塩タンメン しゅうまい みかん	サバの塩焼き 卵豆腐 春菊のお浸し
13 (火)	二色パン 野菜のクリーム煮 ツナサラダ	きのこそば にんじんしりしり風 キウイフルーツ	麦とろご飯 味噌煮込み 白菜のさっぱり和え	29 (木)	二色パン オムレツ 大根サラダ	ポークカレー シーフードサラダ フルーチェ	魚もろみ焼き 含め煮 漬物
14 (水)	鮭の塩焼き 塩昆布和え	カレーライス 温野菜サラダ 桃ヨーグルト	あじの蒲焼風 アスパラソテー 卵豆腐	30 (金)	肉詰めいなり煮 なめ茸おろし	鶏肉の野菜あんかけ 蓮根こんにゃく煮 バナナ	ブリの煮付 じやが芋金平 ごま和え
15 (木)	納豆 切干大根煮	サバの味噌煮 ほうれん草の卵とじ みかん	鰯つくね甘辛だれ 塩炒め 高菜漬け	31 (土)	ミートボール黒酢味 ナムル	魚のちゃんちゃん焼き 南瓜の煮物 牛蒡サラダ	肉野菜炒め ひじき煮 パイナップル
16 (金)	目玉焼き くるみ和え	豚肉オイスター炒め カリフラワー中華煮 杏仁豆腐	魚のうまみ鍋風 里芋の煮っこがし 昆布佃煮	2/1 (日)	厚焼き玉子 青梗菜煮浸し	お赤飯 天ぷら 冬瓜かにあんかけ 金時豆	魚の治部煮 青菜の炒め物 しば漬け
17 (土)	ウインナーソテー ほうれん草白和え	鰯の西京焼き 五目煮豆 たくあん和え	他人煮 金平牛蒡 パイナップル	2 (月)	ウインナーソテー 小松菜のごま和え	アジフライ 梅風味和え キウイフルーツ	麦とろご飯 厚揚げ野菜炒め 和風スパゲティサラダ
18 (日)	竹輪の土佐煮 お浸し	ゆかりご飯 照り焼きハンバーグ ハリハリ漬 りんご	赤魚の塩焼き さつま芋甘煮 辛し和え	3 (火)	納豆 野菜和風煮	太巻き・いなり寿司 五目豆煮 いわしの生姜煮	鶏肉の照り焼き じやが芋たらこ炒め ごま昆布
19 (月)	三色高野信田 しらす大根おろし	カニクリームコロッケ 胡麻和え 漬物	麦とろご飯 千草焼き インゲンソテー	4 (水)	肉団子柚子風味 おかか和え	カレイの沢煮 ひき肉もやし炒め カニ風味サラダ	吉野煮 ちくわキンピラ 高菜漬け
20 (火)	いわしの梅しそ煮 生姜醤油和え	鶏肉と大根の塩炒め 華風和え オレンジ	ぶりの照り焼き 茄子のそぼろ煮 カリフラワーの和え物	5 (木)	鮭の塩焼き 大根サラダ	ほうとう風 いんげん胡麻和え バナナ	タラの酒蒸し風 ほうれん草お浸し うめびしお
21 (水)	納豆 ほうれんそう炒め	魚の甘酢あんかけ かぶのスープ煮 南瓜サラダ	すき焼き風煮 青菜と卵の炒め物 漬物	6 (金)	厚揚げ煮 機和え	回鍋肉 水餃子 マンゴーブリン	ブリ大根 里芋のえびあんかけ 酢の物
22 (木)	ミートボール柚子味 ゆかり和え	オムライス ポトフ フルーツカクテル	魚の煮付 高野豆腐生姜あんかけ のり佃煮	7 (土)	目玉焼き キャベツのサラダ	サワラの西京焼き 切昆布の煮物 くるみ和え	鶏肉の甘酢香味炒め じやが芋甘辛煮 みかん
23 (金)	カニ高野豆腐の煮物 切干大根のお浸し	きつねうどん 海老しんじょう ゆかり和え	めばるの山椒焼き 野菜ソテー 五目卵の花	8 (日)	サバの味噌煮 ほうれん草白和え	コロッケ ポテトサラダ 菜の花辛子和え	豚しょうが焼き風 ぱんぺんの煮物 のり佃煮
24 (土)	ウインナーソテー ほうれん草磯和え	チンジャオロース 中華風煮浸し バナナ	ホッケ塩焼き 筑前煮 水菜サラダ	9 (月)	豆乳まる揚げ煮 しらす和え	おろしハンバーグ ほうれん草クリーム煮 オレンジ	メバルの煮付 いんげんソテー 華風和え
25 (日)	二ラ玉 中華和え	肉じゃが レンコン金平 酢の物	鶏の練り味噌かけ 厚揚げの煮物 梅びしお	記載されている他に、御飯・味噌汁が付きます。 都合により献立が変更になる場合がございます。ご了承ください。			

~~今月は「節分に食べるもの」についてご紹介します~~

管理栄養士 江連 晴美

## ✿ 大豆

邪氣の象徴である鬼を追い払うために豆をまきます。節分では大豆を煎った「福豆」が使用されます。その年の無病息災を願って、まいた福豆を食べます。福豆を食べることが大変な場合は、福豆と塩昆布、梅干しを入れた「福茶」を飲んでも良いそうです。

## ✿ いわし

いわしは焼くと煙が出やすいので、煙で鬼を近寄りにくくするため、いわしを食べるとよいとされています。

## ✿ 恵方巻

節分に恵方(「歳徳神(としとくじん)」という神様のいる方角)を向いて無言で食べると縁起が良いとされている、巻き寿司です。主に近畿地区で行われていたものですが、現在は全国に普及してきています。

## ✿ その他

地域によって違いがありますが、けんちん汁や節分そば、こんにゃくなどが節分の行事食としてあります。

当園でも、恵方巻風に太巻きを提供したり、福豆を連想してもらうため大豆を使用した料理、いわしも食べやすくして提供したいと思っております。昔からの行事と行事食をこれからも大切にしていきたいです。

社会福祉法人 愛孝会

福祉の森 聖孝園

TEL 319-1305

日立市十王町高原333-6

FAX 0294-39-1167

<http://www.aikohkai.or.jp/seikoen/index.html>

いつでも見学・相談を、

お受けしております。