

徐々に雨模様の日が増え、梅雨入り間近といったところでしょうか。また、晴れた日には爽やかな風に初夏の訪れも感じられるようになりました。昼間は暑く、朝晩はまだまだ涼しい様子も見られているので衣類をこまめに調節し、体調管理に努めたいと思います。季節の変わり目となりましたので、特養、グループホームでは衣替えを行っております。夏物衣類等が不足している場合にはご連絡させていただきます。ご家族様より夏物の衣類をお持ちいただく際は、入居者様の名前をご記入の上、事務所受付までお声かけください。面会も随時受付中となっておりますのでご連絡いただければと思います！

特養 「おやつバイキング」



5月19日、午後のおやつ時間に「おやつバイキング」を開催しました！オードブル形式で好みのおやつを自由に取って食べていただくスタイルでの開催となりました。どのおやつも少し小さめに、色々な種類をたくさん食べられるよう工夫を凝らしています。ケーキやおまんじゅうの他、今年の新メニューとして、卵と牛乳、砂糖を混ぜたプリン液に食パンを浸し、オーブンで焼き上げた「パンプディング」が登場し、とても好評でした！「どれにしよう！」「それもちょうだい！」等と声も飛び交い、悩みながらも色々な種類のおやつをお皿に盛り、満足いくまで召し上がられていました。6月は夕食の時間に居酒屋喫茶を開催予定です！現在準備中ですので楽しみにしてください♪

<6月の予定>  
18日(木) 居酒屋喫茶  
21日(日) 誕生会

グループホーム 「お楽しみ会」

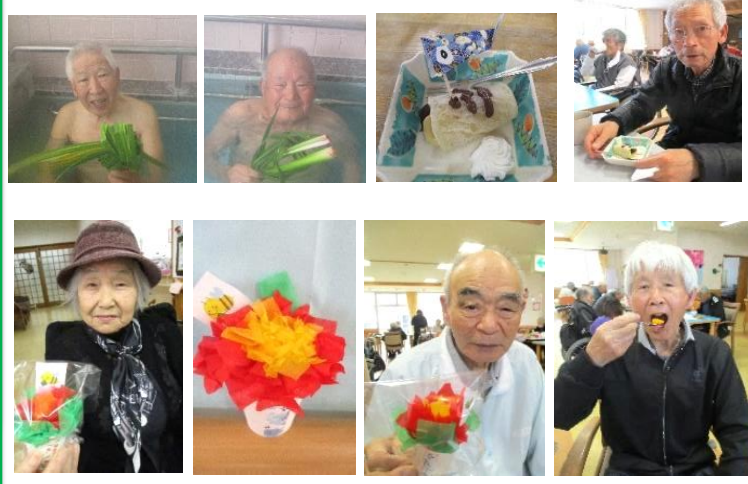
5月30日、新館・本館合同で「お楽しみ会」を開催しました。「じゃんけん輪投げ」や「紙コップ飛ばし」などのゲームを行い、皆さん楽しそうにゲームに参加されていました。ゲームの後は、5月に入居されました入居者様に日本舞踊を披露していただきました。潮来笠の曲に合わせて決めポーズが出ると「いや～上手だね！」「カッコいい!!」と大絶賛。会場内には大きな拍手が巻き起こり、大盛り上がりの中最後に全員で歌唱を楽しみました。皆で体を動かし、和気あいあいと楽しいひとときを過ごすことができました。



<6月の予定>  
11日(木) 口腔ケア講習会  
14日(日) 新館誕生会  
23日(火) 買い物ツアー  
28日(日) フラワーアレンジメント

デイサービス 「5月のデイサービス」

新緑の季節は端午の節句、菖蒲湯はいかがでしょうか？ぼかぼかと温まりながら邪気払いや無病息災を願います。おやつの中には職員お手製の柏餅ならぬ「あん巻き」も召し上がり、「手作りのおつは美味しいね！」と大好評でした。また、母の日には紙コップと花紙で小さな花飾りを作りました。利用者の皆様、目を輝かせて熱心に作られてました。素敵なお出来上がりでしたね。暖かく過ごしやすい季節になり、天気の良い日には皆様と園外に出での散歩も気持ち良いものです。来月も沢山の行事をご用意してお待ちしております。



<6月の予定>  
8日(月) アメリカンドックパーティー  
19日(金) あじさいバフェパーティー  
20日(土) 父の日、松花堂弁当の日  
23日(火) 絵手紙づくり  
24日(水) あじさいツアー  
25日(木) 大運動会  
26日(金) 風呂の日

6月10日(水)から7月9日(木)の献立

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
6/10(水)	厚焼き玉子 ブロッコリーの胡麻和え	きつねうどん 海老しんじょう ごぼうサラダ	とろろご飯 カレイのおろし煮 こんにゃくのすき煮	25(木)	ウインナーソーテー ゆかり和え	魚のレモンバター醤油 洋風炒め みかんヨーグルト	鶏ごぼう味噌炒め しらたきのたらこ炒め ワカメのポン酢和え
11(木)	納豆 ウインナーソーテー	ハンバーグ梅オクラソース じゃが芋たらこ炒め カニ風味サラダ	野菜卵とじ 厚揚げの煮物 洋梨	26(金)	信田煮 モロヘイヤのお浸し	セレクトメニュー A かき揚げ丼 B カレーうどん C エビ天うどん	プリの照り焼き 豚ひき肉と野菜の炒め煮 みかん
12(金)	さんまの生姜煮 なめ茸おろし	ドライカレー ハムサラダ 黒ゴマプリン	赤魚の煮付け さつま芋の甘煮 和風サラダ	27(土)	野菜と豚の炊き合わせ 煮浸し	白身フライ きのこソーテー 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 オクラおかか和え
13(土)	やわやかチキン ゆかり和え	魚のネギ味噌煮 切干大根煮 ビーンズサラダ	豚肉のすりごま炒め ふくと筍のおかか煮 金時豆	28(日)	二色パン スペイン風ベイクドエッグ フレンチサラダ	麻婆茄子 カニカマロール 棒棒鶏	魚の煮付け ブロッコリーのマヨ炒め 漬物
14(日)	鮭の塩焼き 大根と人参の甘酢和え	カニ玉 揚げなす ひじきのツナマヨサラダ	肉じゃが 金平牛蒡 もやしとわかめの辛し和え	29(月)	ハムソーテー おからサラダ	魚のきのこあんかけ 南瓜の小倉煮 春雨サラダ	野菜肉巻き ごぼうサラダ 梅びしお
15(月)	野菜のクリーム煮 ブロッコリーサラダ	とうもろこしご飯 豚しょうが焼き じゃこ炒め ポテトサラダ	魚のちゃんちゃん焼き 冬瓜のうすくず煮 冷奴	30(火)	里芋の柚子味噌煮 温泉卵	ポークカレー チーズ入りサラダ オレンジ	とろろご飯 鱈の葱味噌焼き もやしソーテー
16(火)	納豆 はんぺんの煮物	ピーマン肉詰めフライ 大豆トマト煮 バナナ	とろろご飯 プリの照り煮 もやし中華炒め	7/1(水)	納豆 小松菜の柚子味噌和え	かやくご飯 さばの塩焼き じゃがたら炒め わかび和え	和風卵焼き 炒め煮 煮豆
17(水)	二色パン スクランブルエッグ 大根サラダ	さばの味噌煮 ひじき煮 スパゲティサラダ	鶏のねぎ塩焼き 豆腐真丈の煮物 なめ茸和え	2(木)	えび団子煮 しらす和え	チキン南蛮 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 ゴマサラダ
18(木)	イワシ生姜煮 小松菜わさび和え	鶏のハニーマスタードソース 甘辛炒め ごぼうのマヨ和え	居酒屋喫茶	3(金)	高野豆腐の卵とじ 磯和え	豚のすりごま焼き くるみ和え キウイフルーツ	豆腐の旨煮 もやし炒め 梅びしお
19(金)	ミートボール 生姜醤油和え	コロック アスパラソーテー マカロニサラダ	赤魚の塩焼き ツナじゃが 小松菜お浸し	4(土)	ちくわの煮物 ツナ和え	テンジャオロース ビーフンソーテー 漬物	魚の照り焼き なすのそぼろ煮 オクラさっぱり和え
20(土)	ニラ玉 ささげのお浸し	肉そば 茄子の煮浸し オレンジ	しぐれ煮 じゃがいも金平 茄子のめんつゆ和え	5(日)	二色パン オムレツ バターソーテー	カレイの煮付け 金平牛蒡 梅おかか和え	炒り豆腐 水菜サラダ 昆布佃煮
21(日)	カニ風味高野豆腐煮 大根甘酢和え	アジの南蛮漬け 五目大豆煮 華風和え	豚味噌炒め ひじき入り玉子焼き のり佃煮	6(月)	ウインナーソーテー ふきの煮物	かぼちゃカレー コールスローサラダ フルーツカクテル	妻とろご飯 あじのカレームニエル 白菜の柚子浸し
22(月)	目玉焼き おかか和え	照焼ハンバーグ 野菜トマト煮 みかん	魚のもろみ焼き 里芋のそぼろ煮 和風サラダ	7(火)	厚焼き玉子 煮浸し	七夕メニュー	鶏肉のマーマレード焼き 豆腐とカニのあんかけ うぐいす豆
23(火)	目玉焼き 磯部和え	三色丼 キャベツの煮浸し ピーチゼリー	焼き餃子 にら炒め ツナ和え	8(水)	野菜角煮 ほうれん草と油揚げ の和え物	煮込みハンバーグ さつま芋レモン煮 チーズサラダ	ホッケの塩焼き 中華炒め 黄桃
24(水)	納豆 金平牛蒡	肉団子の酢豚風 水餃子 ナムル	粕漬焼き じゃが芋甘辛煮 煮豆	9(木)	肉団子の煮物 キャベツのサラダ	ピビンパ井 含め煮 杏仁豆腐	魚の葱味噌焼き いんげんの金平 ポン酢和え

～今月は「食中毒予防」についてです～

食中毒は温度、湿度も高くなり細菌の活動しやすい環境がそろそろ6月から9月にかけて多く発生します。食中毒予防の基本は「つけない・増やさない・やっつける」です。次のようなことに注意し、食中毒を防ぎ元気に過ごしましょう！

食中毒予防の三原則

- ①つけない
  - ・調理前や食べる前の手洗い消毒を行う。
  - ・清潔な調理器具を使用する。魚や肉と加熱しないで食べる食材の包丁やまな板の使い分けをする。
- ②増やさない
  - ・冷蔵庫内の詰め込みすぎに注意し、温度は10℃以下になるようにする。
  - ・調理後は室温に長く放置せずすぐに食べる。
- ③やっつける
  - ・食材の中心部までしっかりと加熱(75℃で1分以上)。
  - ・調理器具の殺菌、消毒(アルコール消毒や塩素系消毒、煮沸消毒など)をする。

ペットボトルに注意！

ペットボトルは一度口をつけた時点で多くの細菌が入り込み、時間が経つと増殖します。菌が増えた飲み物を飲むと、下痢や吐き気、嘔吐、発熱を引き起こす危険があります(細菌は口からだけでなく、空気中からも入り増殖する可能性があります)。また、菌だけでなくカビが繁殖してしまう恐れもあるためペットボトルはなるべく保冷し早めに飲み切り、何度も使用したり使い回ししないようにしてください。

管理栄養士 江連 晴美

※記載されている他に御飯と味噌汁が付きまます。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。

社会福祉法人 愛孝会  
福祉の森 聖孝園  
〒319-1305  
日立市十王町高原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

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。