



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) N0.292



9月号

特 養

『第25回 納涼祭』



今年の納涼祭は令和8年8月8日と、とても縁起の良い日に開催することができました。今回もご家族様に参加いただき、一緒にテーブルを囲んで屋台の食べ物や飲み物、催しを一緒に楽しませている入居者様の姿を見て、職員一同とてもうれしく感じました。

今年は「かみね天風連」の皆様にも阿波踊りをご披露いただき、職員はマツケンサンバを披露いたしました。皆様踊りを真似てみたり、声援を送ったりと大変盛り上がりしました。

屋台では毎年恒例の焼きそばや焼き鳥の他、今回初の試みとなった「抹茶プリン」がデザートとして好評でした。中でもフライドポテトは列が出るほど人気屋台でした！今年の納涼祭も盛会のうちに終えることが出来ました。ご理解・ご協力を賜り、誠にありがとうございました。



<9月の予定>

20日(日)敬老会

27(日)誕生会



グループホーム

『納涼祭』

納涼祭が8月8日に開催されました。久しぶりに家族様と顔を合わせられた入居者様もいて笑顔があふれていました。一緒に屋台の焼きそば、たい焼き、かき氷などを食べながら会話も弾んでおりました。催し物では「かみね天風連」の皆様にも阿波踊りを披露して頂き、皆様楽しそうに一緒に踊ったり、職員のマツケンサンバもリズムに乗って大変盛り上がりしました。

ご家族の皆様、お暑い中ご参加いただきありがとうございました。



『フラワーアレンジメント』



31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、カーネーションやリンドウ、ケイトウなどピンクや紫の色の味のお花が届きました。皆様、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「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。

<9月の予定>

6日(日)家族懇談会・懇親会

20日(日)敬老会

デイサービス

『8月のデイサービス』

今年も年に一度の納涼祭が開催されました。デイサービスでは、職員による出店、千本釣り、駄菓子キャッチャー、魚釣り、スーパーボールすくいなどを会場内に準備しました。焼き鳥やフランクフルト、かき氷等の屋台で利用者の皆様お腹もいっぱいになり、楽しい時間を過ごしました。

また、10日にはスイカ割り大会、26日には樽そうめんなど夏らしい行事を開催したり、涼しげなパフェを味わっていただいたりしました。スイカは、甘くてとても美味しく、お代わりする方も沢山いました。暑い日は、アイスの日を設け、涼んで頂きました。

<9月の予定>

10日(木)お好み焼きづくり

22日(火)おやつパーティー

16日(水)手作りおはぎパーティー

26日(土)風呂の日

21日(月)～26日(土)敬老週間



デイサービスセンター1日無料体験・見学受付中!!

◎ 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。

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。



9月10日(木)から10月9日(金)の献立

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
9/10 (木)	納豆 梅和え	高菜チャーハン 磯部揚げ ピリ辛和え	五目煮 水菜サラダ 三色豆	25 (金)	納豆 しらす和え	チンジャオロース 和風麻婆豆腐 バナナ	魚の梅照り焼き 切干大根とベーコンの炒め煮 みかん
11 (金)	肉団子中華煮 和え物	野菜塩タンメン しゅうまい マンゴー	サバの幽庵焼き バター醤油炒め 煮浸し	26 (土)	厚焼き玉子 柚子風味和え	回鍋肉 豆腐のかに風味あんかけ クルトンサラダ	吉野煮 カレー炒め スナッPEndウの和え物
12 (土)	豆乳まる揚げ のり佃煮和え	魚のムニエル トマトソースかけ ジャーマンポテト 生姜醤油和え	厚揚げのスタミナ炒め 大根の煮物 のり佃煮	27 (日)	がんも煮物 かにかまサラダ	魚のネギ味噌焼き ツナ大根 海藻サラダ	麦トロご飯 豚肉ピリ辛焼き じゃが芋千切り炒め
13 (日)	きのこ卵焼き 切干大根煮	揚げ魚の甘辛煮 ひじき煮 菜の花菜種和え	筑前煮 ピーマンのじゃこ炒め キャベツのサラダ	28 (月)	はんぺんバター焼き 煮浸し	揚げ豆腐 かぼちゃのエビあんかけ ナムル	鶏のトマト煮 カリフラワー中華炒め 胡麻ドレッシング和え
14 (月)	高野豆腐煮 なめ茸和え	ハヤシライス ほうれん草のソテー ピーチムース	麦とろご飯 松風焼き 豆腐の野菜あんかけ	29 (火)	生揚げの煮物 ピーナッツ和え	チキンカレー ツナサラダ りんごヨーグルト	青菜と豚肉の炒め物 きのこのガーリック バターソテー 白菜の煮浸し
15 (火)	五目信田煮 モロヘイヤのお浸し	南部焼き 根菜煮物 からし和え	ロールキャベツ はんぺんの煮物 きのこサラダ	30 (水)	ニラ玉 おかか和え	セレクトメニュー A オムライス B ジャージャーうどん	赤魚の塩焼き そぼろ入りきんぴら 漬物
16 (水)	野菜角煮 和風サラダ	豚井 冬瓜のあんかけ 柚子和え	アジの塩焼き 生揚げの高菜炒め パイナップル	10/1 (木)	イワシ生姜煮 切干大根煮	鶏の唐揚げ マカロニサラダ 卵豆腐	アジごま味噌焼き じゃが芋とベーコンのソテー ほうれん草なめ茸和え
17 (木)	ベーコンソテー オクラおかか和え	フライ盛り合わせ さつま芋の甘煮 ハリハリ漬風	味噌煮込み ケチャップ炒め 漬物	2 (金)	花五目玉子 大根そぼろ煮	マスのマヨ焼き 豚肉とさつま芋甘辛炒め りんご	麦とろごはん 鶏の照り焼き ブロックリーかにあんかけ
18 (金)	柚子おろし肉団子 ブロックリー白ごま和え	魚の照り焼き ポークビーンズ からしマヨサラダ	肉じゃが 野菜ソテー 胡瓜とワカメの酢の物	3 (土)	ハムソテー オクラおかか和え	醤油ラーメン 餃子 杏仁豆腐	赤魚の煮付け 和風サラダ 柴漬け
19 (土)	マクロフレック和え 五目卵の花	とりそば いんげんの金平 黒ごまプリン	八宝菜 揚げなすそぼろあん たいみそ	4 (日)	あさりの玉子とじ ほうれん草の白和え	ホッケの塩焼き 豆腐の野菜あんかけ ナムル	回鍋肉 ピーマンとじゃこのソテー ナムル
20 (日)	納豆 麩と白菜の煮浸し	お赤飯 天ぷら 炊き合わせ 茶碗蒸し	タラのマヨネーズ焼き 切り昆布の煮物 大根サラダ	5 (月)	納豆 ひじき煮	ささみ黄金揚げ 大根とさつま揚げの 炊き合わせ 塩昆布和え	しぐれ煮 辛子和え のり佃煮
21 (月)	海老団子の煮物 小松菜とじゃこ	親子煮 じゃが芋の七味煮 抹茶ババロア	豆腐うま煮 豚肉と野菜の味噌炒め 漬物	6 (火)	目玉焼き キャベツのゆかり和 え	たららの唐揚げおろしソース 大学芋 ほうれん草バター炒め	千草焼き 根菜の煮物 なすの漬物
22 (火)	二色パン とろっとオムレツ いんげんソテー	ポークチャップ 白菜の洋風煮 花野菜サラダ	鶏肉と野菜の煮物 ボン酢和え ごま昆布	7 (水)	厚揚げ煮 なめ茸和え	親子丼 さつま芋のレモン煮 洋梨	サバの塩焼き じゃが芋の味噌かけ 土佐和え
23 (水)	いわし昆布煮 青菜の煮浸し	焼肉風 スパゲティサラダ みかんヨーグルト	あぶ卵とじ 青菜の炒め物 うぐいす豆	8 (木)	にしん甘露煮 金平牛蒡	ドライカレー 春雨サラダ フルーツポンチ	麦とろご飯 豚味噌炒め 切昆布煮
24 (木)	野菜ソテー おからサラダ	きのこソースハンバーグ たらこ炒め コーンサラダ	チャンプルー さつま芋レモン煮 塩昆布和え	9 (金)	ニラ玉 くるみ和え	ミートローフ スパゲティサラダ オレンジ	カレイの梅煮 麻婆春雨 茄子のボン酢和え

～今月は「しいたけ」についてです～



❖ 栄養成分・働き

しいたけ特有のエリタデニンという成分には、コレステロール値を下げる作用があり、動脈硬化の予防になります。日光に当たるとビタミンDに変化するエルゴステロールが豊富で、カルシウムの吸収を高め、骨粗鬆症の予防になります。がん予防効果のあるレンチナンも含まれています。

❖ 選び方と上手な食べ方

肉厚で傘の裏が白く、傘が開きすぎていないものを選んでください。干しいたけのビタミンDを増やすために1時間ほど天日に干し、冷水で戻すと旨みが増します。

❖ 保存方法

2～3個ずつキッチンペーパーで包み、保存袋に入れて軸を上にして野菜室へ。長期保存の場合は、かさだけを保存袋に入れて冷凍庫へ。約1カ月を目安に食べきりましょう。冷凍しても風味が落ちることはなく、むしろ酵素の働きで香りやうまみが増します。

秋の味覚のひとつであるしいたけは、香りと旨味をはじめ、さまざまな栄養成分が含まれています。ぜひ日々の食事に取り入れてください。

※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
日上市十王町高原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

管理栄養士 江連 晴美