

高萩聖孝園だより



社会福祉法人 愛孝会 高萩聖孝園
〒318-0004 高萩市上手綱 2 番地
TEL 0293-44-6222 FAX 0293-44-6223
・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
<http://www.aikohkai.or.jp/seikoen/index.html>

施設内の梅が咲き始めましたが冷え込む日も多く、早く暖かくなるのが待ち遠しい今日この頃です。皆様いかがお過ごしでしょうか。入居者の皆様からも「朝と夕方はまだ冷えるね。」と言う声が聞かれています。

未だ新型コロナウイルスの流行により、当施設でもご家族の面会は窓越しやリモートでの面会の状況が続き、ご不便をおかけしております。室内の温湿度の調節や換気、消毒には十分配慮し、入居者の皆様には安心して過ごしていただけるよう感染予防を徹底してまいります。ご家族の皆様も体調には気を付けてお過ごしください。



節分

3日(木)に各ユニットで節分の豆まきを行いました。

職員が鬼役になり、入居者様は鬼に向かって豆に見立てカラーボールを「鬼はそと〜」「福はうち〜」と投げてもらいました。鬼の姿に驚く入居者様やカラーボールが鬼に当たり痛がつている姿を見て喜ばれている方もおり、終始にぎやかに豆まきを行う事ができました。昼食には節分にちなんだ大豆料理を召し上がっていただきました。今年1年もたくさんの福がありますように!!



デイサービスセンター

3日(木)「節分」を行ないました。節分の由来をお話した後に職員が扮した赤鬼と青鬼が登場すると豆に見立てたカラーボールを投げ鬼退治をしました。その後、ベトボトルに鬼の面を貼ったものでボウリングを行ないました。皆様真剣な表情で鬼を倒し、重心に返って楽しまれている様子でした。そして、おやつにロールケーキに生クリームをトッピングしたものを準備し召し上がっていただきました。

18日(金)19日(土)「煮込みうどん作り」を行ないました。感染対策のため職員が手作りで昼食時に召し上がっていただきました。「寒いから体が温まるね」「美味しい!もっと食べたいね」という声がたくさん聞かれ、おかわりをされている方もいらっしゃいました。まだまだ寒い時期なので皆さん大変喜ばれていました。

23日(水)「ゲーム大会」を行ないました。ことわざクイズや都道府県クイズ、常識クイズを6間ずつ各テーブルごとのチームで相談しながら解いていただきました。すぐに答えられる問題もあれば、チームで意見が分かれるものもあり、初めての行事でしたが皆様からたくさんの笑いが飛び出し大変楽しまれていました。

<お願い> 新型コロナウイルス感染症の予防対策によりご迷惑をおかけしております。面会等につきましてご協力をいただき感謝いたします。しばらくの間は窓越しでの面会、オンラインでの面会にて対応いたします。緊急やむを得ない場合やご不明な点などがありましたら高萩聖孝園までご連絡をお願いいたします。

今月の行事予定

3日(木) ひなまつり
23日(水) 寿司パーティー

随時、各ユニットにて誕生日会などを開催

ユニットレク

今回は二の丸を紹介します。

20日(日)に二の丸でうな重を注文して皆様で頂きました。突然のうなぎで皆様びっくりされていましたが、「美味しいうなぎだね。」「久しぶりに食べたよ!」と終始笑顔で召し上がりました。食後にはデザートのアムール・ド・ショコラもご用意し、たくさん召し上がっていただきました。なかなか外出ができない状況が続いていますが、次回も入居者様のご希望を聞き、テイクアウトの食事を楽しんでいただきたいと思います。



3月の行事予定

3日(木) 桜餅作り
8日(火) 豆大福作り
15日(火) すごくろ大会
16日(水) 工作(桜作り)
23日(水) すしバイキング
28日(月) すいとん作り

無料体験・見学
★ 受付 申 ★

随時、ご利用受付中です。
お気軽にご連絡下さい!

TEL : 0293-44-6222
担当: 篠原・大友

営業日: 月〜土 (9:00〜16:00)
対象者: 事業対象者、要支援1〜要介護5



予定献立 (3/10~4/9まで)



日付	朝	昼	夕
3/10 (木)	根菜の炒め煮 海苔和え	チキンティアブル風 ビーフン炒め 柚子風味サラダ	あぶ卵とじ じゃこの炒め煮 マカロニサラダ
3/11 (金)	さつま揚げの煮物 小松菜のお浸し	たぬきそば 蓮根こんにゃく煮 フルーツ	南部焼き 田楽 漬物
3/12 (土)	いわしのおかか煮 カニカマサラダ	ビビンバ丼 シウマイ プリン	しぐれ煮 和風ロールキャベツ 昆布佃煮
3/13 (日)	五目信田煮 なめ茸和え	魚のおろし煮 ぜんまい炒り煮 春雨サラダ	すき焼き風煮 薩摩芋のレモン煮 青菜のソテー
3/14 (月)	柚子おろし肉団子 煮浸し	鶏の甘酢あんかけ 野菜のトマト煮 フレンチサラダ	ツナボトフ いんげんの金平 大豆サラダ
3/15 (火)	野菜卵とじ 和風サラダ	筍ご飯 魚の利休焼き 南瓜の小倉煮	ウインナーソテー 大根とエビの薄くずあん 煮豆
3/16 (水)	里芋のそぼろ煮 塩昆布和え	醤油ラーメン 磯辺揚げ フルーツ	擬製豆腐 ピーマンじゃこ炒め ずんだ和え
3/17 (木)	納豆 麩と白菜の煮浸し	チキンカツ 厚揚げの甘辛煮 漬物	アジの胡麻味噌焼き ひじきの煮物 山菜なめ茸和え
3/18 (金)	がんもの煮物 ゆかり和え	ハヤシライス たらこスパゲッティ フルーツヨーグルト	麦とろご飯 赤魚の煮付け ベーコンソテー
3/19 (土)	二色パン オムレツ ツナサラダ	魚の竜田揚げ 里芋の味噌煮 かぐや和え	回鍋肉 根菜の煮物 フルーツ
3/20 (日)	肉詰めいなり 白菜の梅和え	菜飯 カレー炒め 五色金平	吉野煮 豆腐の炒め 胡麻和え
3/21 (月)	サンマの昆布煮 辛子和え	鶏飯 エビシウマイ フルーツ	千草焼き 豆腐の野菜あんかけ しそ昆布
3/22 (火)	白菜の中華煮 ちくわの和え物	チキンマスタート焼き ナポリタン 薩摩芋サラダ	メバルの煮付け 青菜のガーリックソテー ポン酢和え
3/23 (水)	豆腐真丈 卵の花	寿司パーティー	シチュー ほうれん草と卵のソテー 酢の物
3/24 (木)	味付け肉団子 チキンサラダ	チンジャオロース 切干大根の炒め煮 ポテトサラダ	鶏の梅照り焼き 白菜の煮物 漬物
3/25 (金)	納豆 ひじきの炒め煮	しめじご飯 魚の葱味噌焼き 含め煮	五目煮 しらたきのたらこ炒め わさび和え

セレクトメニュー



松花堂弁当



2月のセレクトメニューは
A、マーボー丼
B、親子うどん・そば でした。
皆さん迷いながら選び、美味しく召し上がっていました。

2月20日は松花堂弁当でした。
ゆかりご飯、鶏の香味焼き、ナポリタンとベーコンの炒め煮等を美味しく頂きました。ごちそうさまでした。

日付	朝	昼	夕
3/26 (土)	はんぺんのバター焼き 揚げ出し茄子	おかめうどん 筍の煮物 海藻サラダ	豚の香味炒め 五目煮豆 柚子和え
3/27 (日)	エビ団子の煮物 塩昆布和え	揚げ魚の甘辛煮 中華風ソテー 和風マカロニサラダ	肉じゃが ごぼうの土佐煮 マヨ和え
3/28 (月)	厚焼き卵 煮浸し	八宝菜 麻婆春雨 ピーナッツ和え	筑前煮 菜種和え 煮豆
3/29 (火)	鶏そぼろ信田 甘酢和え	カレイの煮付け 刻み昆布の煮物 おろし和え	スタミナ炒め 中華煮 鯛味噌
3/30 (水)	ソーセージソテー お浸し	フライの盛り合わせ 煮奴野菜あんかけ ミモザサラダ	スペイン風オムレツ 大根の炒め煮 花野菜サラダ
3/31 (木)	いわしの胡麻味噌煮 梅おかか和え	セレクトメニュー A、ツナカレーピラフ B、カレーうどん・そば	鶏の治部煮 野菜炒め ザーサイ
4/1 (金)	里芋のそぼろ煮 おからサラダ	白身魚のフライ マカロニソテー 菜種和え	しぐれ煮 ピーマンじゃこ炒め 練り梅
4/2 (土)	さんまの蒲焼き風 胡麻和え	鶏のマリネ 豆腐のカニあんかけ 黒ゴマプリン	カニ玉あんかけ ほうれん草のクリーム煮 酢の物
4/3 (日)	二色パン オムレツ コンソメ煮	ホッケの塩焼き じゃが芋の金平 フルーツ	チキントマト煮 厚揚げの甘辛煮 柚子風味和え
4/4 (月)	納豆 モロヘイヤの和え物	酢鶏 五目豆煮 漬物	幽庵焼き お煮しめ 生姜醤油和え
4/5 (火)	がんもの煮物 オクラおろし和え	青菜ご飯 鶏の胡麻照り焼き くるみ和え	肉豆腐 野菜炒め 春雨サラダ
4/6 (水)	肉団子の土佐煮 青菜のじゃこ和え	中華丼 じゃが芋の煮物 酢の物	ツナオムレツ 高菜炒め 煮豆
4/7 (木)	アジの塩焼き 海苔和え	ハヤシライス シーザーサラダ 苺ムース	けんちん煮 揚げ出し茄子 フルーツ
4/8 (金)	高野豆腐の煮物 白和え	親子うどん ぜんまいの炒り煮 和風サラダ	麦とろご飯 赤魚の煮付け じゃが芋のタラコ炒め
4/9 (土)	にしの甘露煮 切干大根の和え物	鶏の梅照り焼き 煮浸し 酢味噌和え	炒り豆腐 菜の花のソテー 昆布佃煮

※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。

今月は「ニラ」についてです。

一年中店頭で見かけますが、旬は3月〜9月ごろになり、ユリ科の緑黄色野菜です。特有の香りは硫化アリルと言われるもので、玉ねぎなどにも含まれています。硫化アリルは疲労回復などの効果があるビタミンB1の吸収を高める働きがあります。ビタミンB1が多く含まれている豚肉などと食べると良いです。他にもビタミンCやβ-カロテン、カリウムなどの栄養素も豊富に含まれています。購入時は葉の緑が濃く、傷みやしおれのないものを選んでください。また、あまり保存がきかないので早めに調理をして下さい。高萩聖孝園では汁物や野菜炒めなどで提供しています。