

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
 TEL0293-44-6222 Fax0293-44-6223
 ・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
 ・在宅介護支援センター

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

今年も早いもので10月となり、金木犀の香る季節となりました。皆様はいかがお過ごしでしょうか。

寒暖差の激しい季節の変わり目なので、入居者様の体調管理には十二分に気を配り、健やかな日々を過ごせますよう職員一同務めてまいります。

感染症対策も始めましたので、ご面会時には手洗いうがいなどのご協力をよろしくお願いいたします。ご家族の皆様も体調にはくれぐれも気を付けてお過ごしください。



高萩聖孝園敬老会

17日(日)に高萩聖孝園敬老会を行いました。今年も百寿の方1名、白寿の方1名、卒寿の方3名と、たくさんの方をお祝いしました。



年齢に合わせてそれぞれの色のちゃんちゃんこを着ていただき、ご本人様の紹介とともにお祝いの言葉を伝えました。当園からは、皆様にお祝いの時計を贈らせていただきました。



敬老会の出し物はお祝いに駆けつけてくれた光柳流日本舞踊の演舞を行い、歌や踊りを堪能しました。



元気良く手拍子をしたり、一緒に歌ったりと楽しい時間が過ごせました。

和菓子バイキング

24日(日)に六の丸にて和菓子バイキングを行いました。どら焼きやカステラ、シュークリームなど、職員が厳選したたくさんのお菓子の中から好きなものを選んでいただきました。「これ、好きなんだ」「美味しそうだね」と笑顔で召し上がっていました。



松岡小学校交流会

26日(火)と28日(木)に近隣の松岡小学校から4年生の子どもたちが来てくれ、毎年恒例の交流会を行いました。子どもたちによる劇や手品の数々に、皆様大感動!「よく見てね!」という言葉に笑顔で楽しめました。最後には大勢で迫力のあるソーラン節を踊ってくれました。かわいい子どもたちの姿に、利用者の皆様は「すごいね、感動した」と拍手をしながら充実したひと時を満喫しました。



デイサービスセンター

15日(金)にお好み焼き作りを行いました。利用者の皆様には野菜を包丁で細かく刻んで頂きましたが、皆様手慣れている様子で「私に任せて!」と率先し参加して下さり、楽しまれていました。その後はホットプレートで焼いて召し上がり、「ふわふわして美味しい!!」と笑顔で話されていました。



18日(月)に「敬老会」にてビンゴゲームを行いました。なかなかビンゴにならず、苦勞されている様子でしたが、早くビンゴになるよう皆様祈りながら盛り上がっていました。景品は敬老の日のプレゼントとしてかわいい熊の抱き枕を準備しました。その後おやつを食べながら職員の紙芝居に大盛り上がりで、笑い声が絶えない敬老会になりました。当日いらっやらなかった方には、後日のご利用日に同じ物を贈らせていただきました。



19日(火)、26日(火)に鶴の岬外食ツアーに行ってきました。今回は参加者が多い為2回に分けて行いました。市内をドライブをしながら向かい、昼食では多くの皆様が海鮮丼や刺身定食を選んでいました。いつもより多く召し上がる方もいて、「新鮮で美味しい!!」「またみんなと一緒に食べに行きたい!!」等と皆様楽しまれた様子でした。



<お願い>

感染症の予防対策として、ご面会の方々に手洗いうがいの実施とマスクの着用をお願いします。ご協力のほどよろしくお願い致します。また、風邪症状のある方のご面会を控えていただきますよう、重ねてお願い致します。

今月の行事予定

10/9(月) ピアノ鑑賞会

* 随時、各ユニットにて誕生会を開催

今月の行事予定

7日(土) きのご飯作り

13日(金) けんちん汁・天ぷら作り

26日(木) ミニ運動会

無料体験・見学

☆ 受付中 ☆

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: 要支援1~要介護5

予定献立(10/10~11/9まで)

日付	朝	昼	夕	日付	朝	昼	夕
10/10(火)	鶏とじゃが芋の金平白菜の煮浸し	味噌ラーメン シュウマイ カスタードプリン	カレイの煮付け 切干大根の炒り煮 漬物	10/26(木)	ハムソテー 揚げ茄子煮	はんぺんチーズフライ ポークビーンズ きのこサラダ	麦とろご飯 サバの塩焼き 刻み昆布の煮物
10/11(水)	柚子おろし肉団子 カリフラワーのおかか和え	鶏の唐揚げ葱ソース 卵豆腐のおんかけ 和え物	肉じゃが ピーマンときのこのソテー 鯛味噌	10/27(金)	サンマの蒲焼き風 甘酢和え	和風ミートローフ たらこスパゲッティ もやしサラダ	白身魚の照り焼き 青梗菜クリーム煮 生姜和え
10/12(木)	高野豆腐の煮物 和え物	親子焼き 薩摩芋と昆布の煮物 生姜醤油和え	野菜ソース炒め 吹き寄せ野菜 エビと水菜のサラダ	10/28(土)	納豆 鮎と白菜の煮浸し	焼肉風 マカロニのスープ煮 シーザーサラダ	チンジャオロース ごぼうの土佐煮 フルーツ
10/13(金)	キャベツと豚の煮物 きのこのおぼろ和え	ピリ辛野菜炒め はんぺんの磯辺揚げ 胡麻和え	タラのマヨネーズ焼き ちくわの金平 海苔和え	10/29(日)	がんもの旨煮 カリフラワーの和え物	鶏の味噌照り焼き 南瓜のそぼろ煮 ピーナッツ和え	五目豆腐 じゃこ炒め 鯛味噌
10/14(土)	鶏そぼろ信田 柚子和え	アジフライタルタルソース ジャーマンポテト 漬物	鶏のトマト煮 アスパラソテー 塩ナムル	10/30(月)	厚焼き卵 野菜の大豆煮	セレクトメニュー A. チャーシュー・丼 B. 皿うどん	南部焼き 辛子マヨ和え 煮豆
10/15(日)	焼きビーフン 海苔和え	わかめご飯 擬製豆腐 炊き合わせ	いんげん肉巻き 五目豆煮豆 フルーツ	10/31(火)	はんぺんバター焼き 切干大根の煮物	サンマの塩焼き しらたきの金平 わさび和え	ウインナーソテー 白菜のひき肉煮 フルーツ
10/16(月)	いわしの生姜煮 割干し大根の和え物	きのご飯 鶏のパプリカ焼き 里芋の柚子味噌煮	麦とろご飯 赤魚の生姜煮 蓮根こんにゃく煮	11/1(水)	柚子おろし肉団子 おくらのおかか和え	タラの野菜あんかけ じゃが芋の煮物 たらこマヨ和え	炒り鶏 ツナソテー 練梅
10/17(火)	納豆 青菜のお浸し	ハヤシライス クルトンサラダ ヨーグルトサラダ	柳川風煮 いんげんの金平 練り梅	11/2(木)	豚と法蓮草のソテー 五目卵の花	エビチリ風 生姜醤油和え フルーツ	麦とろごはん 味噌煮込み ピーマンじゃこ炒め
10/18(水)	一塩鮭 たけのこのかつお煮	エビチャーハン 麻婆豆腐 なめ茸和え	ロールキャベツ 菜の花ソテー 煮豆	11/3(金)	いわしの梅煮 水菜の和え物	山菜ピラフ 卵ロール 和風スパサラダ	和風ロールキャベツ ポテトソテー ボン酢和え
10/19(木)	二色パン オムレツ じゃがコーンソテー	アジの葱味噌焼き 春雨と野菜の中華煮 薩摩芋サラダ	肉団子と白菜の旨煮 ふるふき大根 ツナサラダ	11/4(土)	ロールパン 野菜ビーフン 大根サラダ	鮭のパタームニエル 南瓜のそぼろ煮 ナムル	五目煮 カレー炒め 漬物
10/20(金)	コンソメ煮 卵の花	ほうとうどん ぜんまい炒り煮 マンゴープリン	鶏の梅照り焼き ナポリタン ザーサイ	11/5(日)	野菜各煮 しらす和え	ぶりの照り焼き 根菜の煮物 フルーツ	ホワイトシチュー ケチャップ炒め ピーナッツ和え
10/21(土)	厚揚げの煮物 オクラのおかか和え	豚のオイスター炒め 焼きビーフン ナムル	魚の磯辺焼き 青梗菜のソテー フルーツ	11/6(月)	高野豆腐の卵とじ 和風サラダ	ひじきご飯 鶏の香味焼き 胡麻煮しめ	野菜炒め 刻み昆布の煮物 ザーサイ
10/22(日)	カニ高野豆腐煮 梅和え	タラのオーロラソース きのこベーコンのソテー 三色和え	味噌煮込み じゃが芋のカレー風金平 昆布佃煮	11/7(火)	ソーセージソテー お浸し	ポークカレー 春雨サラダ みかんヨーグルト	カレイの煮付け もやしサラダ 煮豆
10/23(月)	中華あんかけ卵 マグロフレーク和え	ドライカレー ポテトサラダ りんごヨーグルト	肉豆腐 法蓮草ソテー 漬物	11/8(水)	厚揚げ煮 梅おかか和え	アジの南蛮漬け アスパラソテー 柚子和え	しぐれ煮 薩摩芋のしモン煮 フルーツ
10/24(火)	はんぺんの煮物 しらす和え	照り焼きチキン丼 ツナ大根煮 マロンパバロア	ケチャップ炒め 煮浸し きゅうりの酢の物	11/9(木)	味付け肉団子 おからサラダ	親子丼 なると煮 辛子和え	鱈の西京焼き 青菜のソテー 和え物
10/25(水)	さつま揚げの煮物 なめ茸おろし	ゆかりご飯 アジのもろみ焼き 田舎煮	吉野煮 厚揚げの高菜炒め 海苔佃煮				

※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。

セレクトメニュー

9月のセレクトメニューは
A. オムライス
B. 卵とじあんかけそば・うどん
皆さん迷いながら選び、どちらも美味し
いと好評でした。

9月17日は敬老会。昼食は松花堂お祝
い膳でした。
赤飯、天ぷらをおいしく頂きました。

松花堂弁当

今月は『にんじん』についてです。通年、店先で見かける野菜ですが、秋から冬にかけてが旬になります。一番甘みが増し、栄養価も高い時期になります。『にんじん』は緑黄色野菜で知られている野菜ですが、カロテンという名前の由来にもなっているくらいたくさんのカロテンが含まれています。カロテンは体内に入るとビタミンAに変わり、皮膚や粘膜を健やかに保ち、免疫機能を維持するなど多様な働きを持つ成分です。また、油との相性が良いのでソテーなど油を使って調理するとより効果が増すそうです。あまり好きではないという方もいるかと思いますが、甘みが増すこの時期に挑戦してみてください。管理栄養士 藤田 諭子