

雲母(きらら)にゆうす

Vol. 9 ('05.) Sep

発行 雲母倶楽部

住所 仙台市泉区南光台 3-20-3

TEL 022-234-1711

<あいさつ>

皆さんいかがお過ごしでしょうか？ 最近は夜も過ごしやすくなり、また秋の虫の鳴く声も聞こえてくるようになりました。

さて、今月号では「各班からの活動報告」、「きらら初のお誕生日会」、「きららかぼちやの収穫」についてご紹介したいと思います。
(杏沢)

<班の活動報告>

私たち雲母倶楽部ではケア・メンテナンス班、クッキング班に分かれて仕事を行っています。今月はケア・メンテナンス班から渡辺由佳さん、クッキング班からは杏沢が報告します。

* ケア・メンテナンス班 *



私たちメンテナンススタッフは、毎朝分担表の発表によって一日の活動が始まります。送迎、清掃、ケア準備などです。私は主にお茶やおしぼり、箸やフォークなどの準備をします。利用者の方がいつも楽しく過ごせるように気をつけています。

(ケア・メンテナンススタッフ 渡辺由佳)



利用者を楽しませ



* クッキング班 *



調理班では利用者さんがバランスよく栄養がとれるように、日々班内で考え、提供しています。アレルギー体質、薬を服用している方には十分に気を付け、スタッフとよく相談しています。利用者さんによっては好き嫌いがありますが、それをできるだけ克服していただくように、最善を尽くして調理をしています。中でも利用者のKさんは肉が嫌いで、タンパク質が十分に取れていません。それを補えるよう他の食材を使用し、試行錯誤を繰り返し日々作っています。

皆さんも将来、年を取った時に寝たきりにならないよう、バランスの良い食事を取り、運動をするように心掛けてください。
(クッキングスタッフ 杏沢直樹)



< ☆初めての誕生日会 皆で祝福☆ >

きららの年間行事の中で、毎月誕生日を迎える利用者さんへ、誕生日を祝う催しを行うことを決めていました。

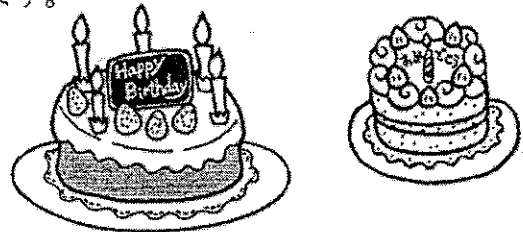
そして、もうすぐ開所一周年を迎える8月24日に利用者さんへの誕生会を初めて催し、パースディメニューと記念写真の贈呈を行いました。

9月もお二人の利用者さんが誕生日を迎えられます。今後一步一步充実した誕生会を企画したいと考えています。

(ケア・メンテナンス班 長尾)



< きららのかぼちゃ >



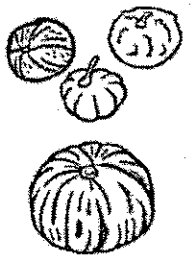
野菜作りに詳しい利用者さんの指示の下、カボチャを育てました。このかぼちゃは埋めた野菜屑から自然に芽が出たもので、最初どうなるかと思いましたが、利用者さんが育て方をよくご存じだったので教えてもらいながら育ててきました。その後みるみる大きくなり素人が作ったとは思えないほど立派に育ちました。

利用者さんと一緒にカボチャのコロッケを作ったり、サラダにしてみたりと色々作ってみんなでおいしく食べました。ここでみんなに好評であったかぼちゃコロッケの作り方を簡単に紹介したいと思います。

かぼちゃコロッケ

・材料 (4人分)

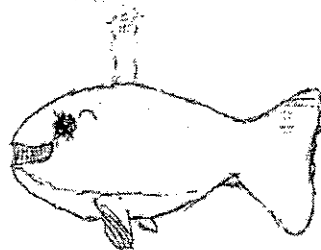
かぼちゃ 1/2個 玉ねぎ 小1個 あいびき肉200g バター大1 塩コショウ適量
ナツメグ 少々 (卵1個・パン粉・小麦粉・牛乳少々)



・作り方

- ① かぼちゃは皮をむき、蒸し、つぶす
- ② あいびき肉にナツメグを混ぜ、玉ねぎのみじん切りと共にバターで炒め、塩コショウをする
- ③ ①に②を入れる
- ④ 成形し、小麦粉・卵+牛乳・パン粉をつけ ⑤ 色よく揚げる 完成！！

☆あ~おいしい☆



< 編集後記 >

今月号はいかがだったでしょうか？ 今年色んな種類の野菜がたくさん収穫出来ました。収穫物を利用して、おいしい昼食を用意してお待ちしております。

皆さんも是非起こし下さい！ (杏沢)