

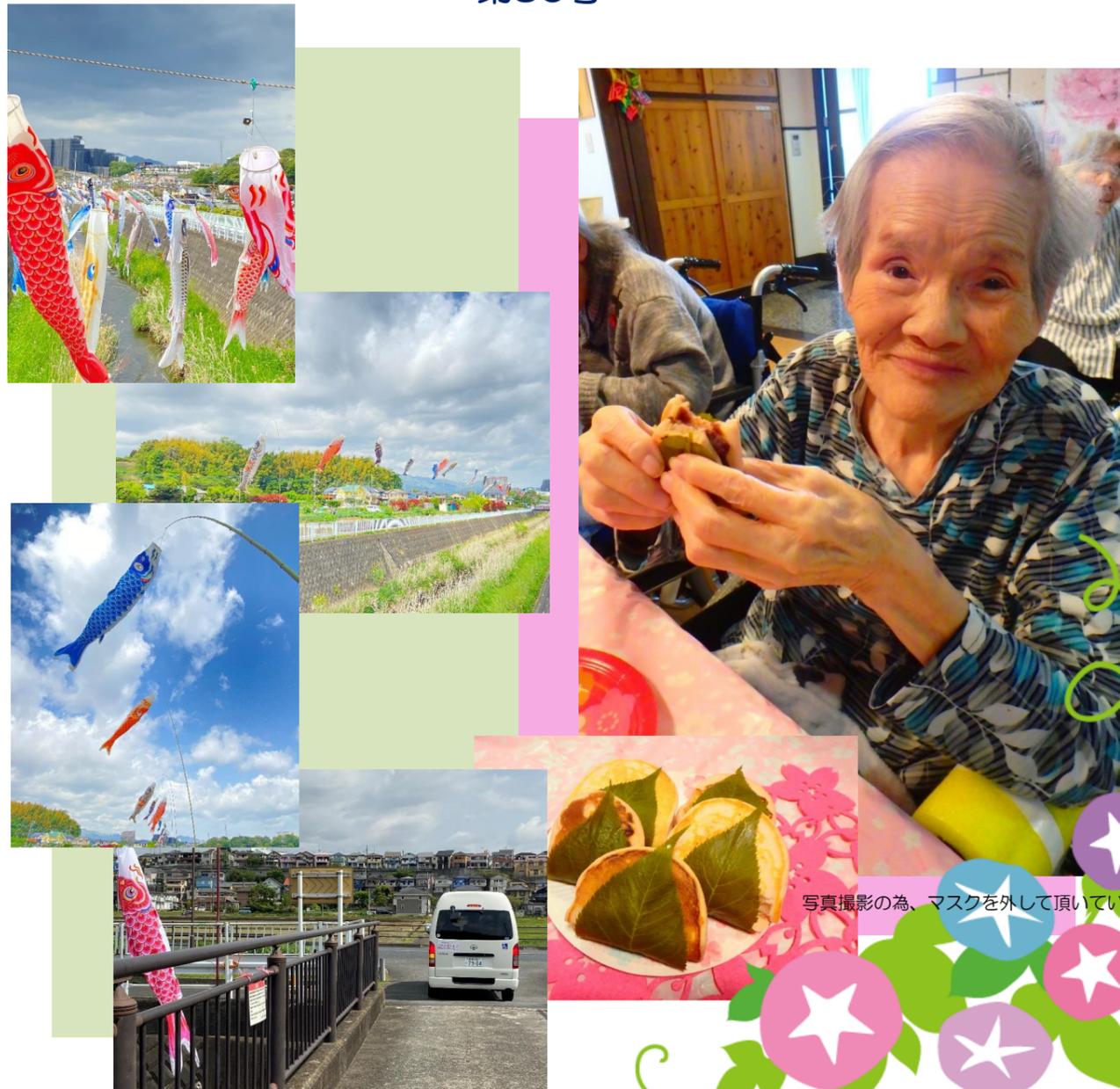
はなだよいとむろ

2023年 7月29日 発行

特別養護老人ホーム

第50号

はなの家とむろ



写真撮影の為、マスクを外して頂いています

5月8日より新型コロナウイルスが5類に変わりました。この3年間は「感染を入れない・拡げない」をモットーに、全体行事を止めてレクリエーションもユニット毎で行ったり、面会もオンラインで行う等していました。高齢者施設では完全にコロナ前と同じようにというわけにはいきませんが、感染対策を取りつつも、対面面会や外出・施設行事の再開などできるところから取り組みを進めています。久しぶりにドライブに行ったり、ユニット同士が協働で行事を行ったりしているところです。

今号ではその様子をお伝えしたいと思っています。

はなはな 知識

NO.6

今年も、暑い夏が近づいてきました。今回は、「夏バテ知らずの簡単クッキング」と題して、手軽に作れて、夏バテ予防に効果的なレシピを、当施設管理栄養士がご紹介いたします！ぜひお試しください！！



食欲増進☆
ねばねばオクラとえのきのなめたけ

作業時間：10分

【材料】

- ・オクラ 5~6本
- ・えのき 1袋
- ・塩昆布 1~2つまみ（とろろ昆布でも可）
- ・白だしなどの調味料（大さじ1.5杯）でも可
- ・だしの素 小さじ1杯
- ・醤油 小さじ2杯
- ・みりん 小さじ2杯

【作り方】

- ①えのきはよく洗い、オクラは板摺をしてみじん切りにする
- ②耐熱容器に①を入れて電子レンジで加熱（600W 1分半~2分）。
- ③調味料を加えてよく混ぜ合わせる
- ④冷蔵庫で冷やして完成！



冷やして簡単！バナナフロゼンヨーグルト

作業時間：10分

【材料】

- ・バナナ 150g（3本）
- ・ヨーグルト 200g
- ・蜂蜜 大さじ4杯
- ・レモン汁 適量（2,3滴）

【作り方】

- ①フリーザーパックにバナナを入れてよくもむ
- ②ヨーグルト、蜂蜜、レモン汁をいれてもむ
- ③空気を抜き平らに整えて冷凍庫で1.5~2時間冷凍
- ④一度取り出し再度もみこみ1時間冷凍したら完成！

特別養護老人ホーム

はなの家とむろ

〒243-0031 神奈川県厚木市戸室5-9-15
TEL 046-225-8787 FAX 046-225-8711
URL : <http://koujinkai.tomei.or.jp/>
E-mail: tokuyo-info@tomei.or.jp

編集後記

一足お先に、ご紹介した夏バテ防止メニューを作ってみました。とっても簡単に出来て、美味しかったです！元気に今年の夏を乗り切れるように、皆さんも是非作ってみてください！

☀️ 嘱託医・精神科医が変わりました ☀️

嘱託医

中野 敦史 医師
(とうめい宮の里クリニック 消化器内科)



診察日： 毎週火曜日

精神科医

増本 慎 医師
(愛光病院 精神科)

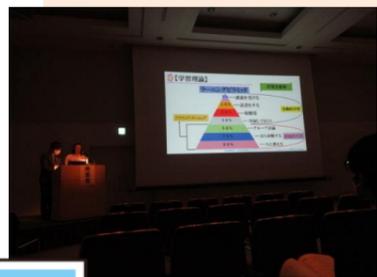


診察日： 月2回 (金曜日)



入居者の皆さまの健康管理に努めてまいります。
体調面の心配事・ご不明点があれば、看護師までお問い合わせください！

『かながわ高齢者福祉研究大会』に参加してきました。



去る7月5日に「かながわ高齢者福祉研究大会」がありました。当施設では昨年の成果発表から最優秀賞を受賞した向日葵・紅葉ユニットより「介護士補完計画～知識より意識～」の発表をしました。他施設の発表も聞き刺激を受けてきました。これからも、ご利用者様のよりよい生活を支えられるよう努めてまいります。



紫陽花喫茶

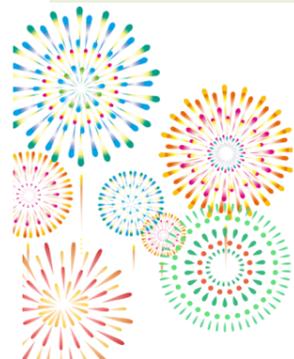


おめでとうございます



100歳を迎える方がいらっしゃったので、ユニットでお祝いをさせて頂きました！！

写真撮影の為、マスクを外して頂いています



この3年間は、感染症対策の点でボランティアさんや地域の方との交流を休止してきました。しかし、地域の方との交流は利用者様にとっても職員にとっても必要な交流であったことを痛感する3年間でもありました。

7月8月にかけて、各階で協力しての夏祭りや鮎祭りの花火鑑賞会も計画しています。また、秋頃を目途にオレンジカフェの再開も検討しています。詳しい事が決まりましたら紙面でも、ご紹介できればと思っています。

