

風邪予防の為に!!

冬のおすすめレシピ

管理栄養士 佐々木 美砂

今回は、冬に旬を迎える「ほうれん草」のレシピを紹介をします。ほうれん草は通年市場に出回っていますが、11月から1月に旬を迎えます。この時期に採れるものは夏に採れるものと比べると栄養価が高く、甘味があるのが特徴です。ホームの畑でも利用者様が植えた立派なほうれん草が収穫できました

ほうれん草のケーキ

材料 ほうれん草 50g、スライスチーズ 50g、
(パウンドケーキ1台分) ホットケーキミックス 200g、卵 1個、牛乳 100ml、バター 30g

作り方

- ①ほうれん草は茹でて水気をよく切り2cm幅に、スライスチーズは1cm角に切る。
- ②卵、牛乳、溶かしたバターを混ぜ、そこにホットケーキミックスをふるい入れ、さっくり混ぜる。
- ③②に①を入れて混ぜ、パウンド型に流し入れ、230度に予熱したオーブンで10分、続けて170度で30分焼く。粗熱が取れたら型から出して冷ます。

ハムやかぼちゃを入れても
きれいに仕上がります!



～カナダボランティア研修に由紀子施設長と参加してきました～

支援相談員 大槻 真理子

平成30年9月にカナダのオタワにあるブリュエル病院とその関連施設でのボランティア研修に由紀子施設長と仙台の敬老奉仕会の方々で行ってまいりました。日本とは違い、カナダには介護保険制度がなく、外来、入院、施設利用は医療制度で行われていました。その為「介護職」はなく、基本的には「医師」と「看護師」が治療とケアにあたっていました。職員が看護や介護の仕事に徹することができるように、大切なのがボランティアの存在です。ボランティアは、患者様に寄り添い、話をするのはもちろんのこと、リハビリや活動が出来る方々はお茶会をしたり、歌をうたったり、調理活動、園芸活動なども主体的に活動しており、多様な関わりをしていました。ボランティアの特技を活かし、やりがいと誇りを持って行えるようしっかりとサポート体制がありました。そして、ボランティアもスタッフの一員として共に活動していることを学ぶことができました。これからゆうゆうホームでも、ボランティア活動に力を入れていきたいと思ひます。

皆様の御協力をよろしくお願いいたします。



前列左から5番目由紀子施設長 左から4番目 大槻相談員

編集後記

今回はゆうゆうホームの大イベントでもある「ゆうゆう祭」をメインご報告させていただきました。どの行事も晴天に恵れ暖かい日に外出でき、楽しい思い出がたくさんできました。

多くの家族様や地域の皆様と触れ合えることが多かったように思ひます。たくさんの方々に支えられていることを改めて感じる事ができました。感謝の気持ちでいっぱいです。

ありがとうございました。また来年もどうぞよろしくお願いいたします。 行事広報委員会



ゆうゆう便り



医療法人 金上仁友会

介護老人保健施設ゆうゆうホーム 平成30年12月号



師走に入り寒さも一段と厳しくなつてまいりました。インフルエンザや感染性胃腸炎など流行る季節です。体調の管理にさらに努めてまいりましょう。また、ゆうゆうホームでは受付前にクリスマスツリーも飾っております。どうぞ面会の時にはぜひご覧ください。

今年もたいへんもお世話になりました。来年もさらに楽しく「活動と参加」を中心とした、リハビリに一層取り組んでいきたいと思ひます。どうぞ宜しくお願いいたします。

第17回角田市保健福祉まつり ～見て 触れて 感じてみよう かくだの保健と福祉～

10月21日に角田市総合保健福祉センターにて「第17回角田市保健福祉まつり」が開催され皆で参加してきました。たくさんの方々がゆうゆうホームのブースにご来場下さいました。ブースにはゆうゆうホームの利用者様のみごとな習字や壁画、編み物などたくさん作品をブースに展示しました。外出支援として入所者様も会場へ来ていただき、他の施設のコーナーや体験などを行い笑顔もたくさんみられました。



第7回 ゆうゆう祭 開催

受賞おめでとうございます！

11月3日デイケアホールにて「第7回ゆうゆう祭」を開催しました。

今年は『笑顔の輪～みんなで繋がるこの時間～』をテーマに作品作りやステージ発表の練習を行いました。当日はコーラスりんどうの合唱や西棟の皆様の合唱、グループホームむくげ皆参加のよさこい、ニコニコ保育園のかわいい子供たちの劇などを行いました。地域の方々や利用者様・ご家族の皆様、たくさんの方々に参加していただき、会場全体が盛り上がりしました。

最優秀賞

「犬の散歩服」
佐藤花子様



金上賞

- ・一條京子様
- ・鈴木としよ様
- ・デイケア園芸グループ様



ゆうゆう賞

- ・百井重夫様
- ・けやきの杜マロン会様
- ・グループホームむくげ様



本日司会を務めます
鈴木 透です
田原 智美です
宜しくお願いいたします。

コーラスりんどう様
今年も素敵なコーラス
ありがとうございました。
由紀子施設長の朗読も
ありました。



ニコニコ保育園
桃太郎とっても強かったね！
理事長から表彰状も
いただきました！



たくさんの方々に参加して
いただきました。

SOTA 体験中
かわいいねー



むくげ「ソーラン節」
せーの、ヤー！



今年はロボットの
ブースもあり体験
してみました。



パロくんと会話中

パペロとお話中！ はじめまして！



楽しかったね！みんな集合！！
はい、チーズ！



西棟 赤とんぼ・ふるさとなどの大合唱
赤とんぼを手に持って歌いました！

