

ひなたぼっ通信

2014年
6月号

開所から2ヶ月のケアハウス

ケアハウスの給食

ケアハウスひなたぼっこがオープンして早いもので2ヶ月が過ぎました。食事の提供もオープンと同時に始まりましたが、実際に食事について知っていただく機会も少なく、興味がある方、また疑問をお持ちの方もおいでかと思えます。そこで今回は、ケアハウスの食事について紹介させて頂きます。

施設の食事を作って下さっているのは、魚國 総本社の皆様です。毎日の食事が美味しいことはもちろん、行事食もとても充実しています。4月11日のお花見献立では、天ぷらの盛り合わせ、ちらし寿司など6品が並び、皆さん花見の話で盛り上がりつつありました。日々、適切な栄養素量を元に献立が作成されていますので身体への負担もなく、治療食や食事制限、嗜好などにも個人対応して頂いています。そして一番の特長は提供方法です。通常の大きな施設では一度に盛付けをしてお膳に全て揃って運ばれるイメージがあるかと思いますが、ここでは食堂へ来た方から食札を出すと盛付けを開始して下さり、麺はその場で茹で

て下さいます。ですからご自分のペースで食卓についても、温かいものは温かく、冷たいものは冷たいままで召し上がっていただけるのです。また月に一度、ひなたぼっこの職員



を交えて給食会議を実施しています。ここでは食事行事について話し合ったり、入居者様やご家族様からいただいた貴重なご意見について話し合っています。入居者様にとって、食事がケアハウスの生活の楽しみのひとつとなるよう、皆様の声を大切にしながら、研究を重ね頑張っていると思います。(栄養士篠原)

いきいき活発な入居者さん

ケアハウス二階には、男性8名、女性20名の計28名の方が入居されています。自立の方が多く、広々とした施設内でそれぞれご自分のペースで日々を過ごされています。建物の北から南に伸びる長〜い廊下がありますが、何人かの方が自主的に歩行訓練や体力維持に活用されていて、「一周何分かかかるか測ってみよう」という方もいらっしゃいました。

開放的なフロアでは、体操やレクリエーション、塗り絵、絵手紙、歌唱などの趣味を楽しむ方や新聞たたみ、おしぼり作り、卓上ゴミ

入れ作りなどの作業を熱心にされる方もおられます。皆様から好評の一般浴(非介助浴)での入浴は「広いお風呂で気持ちいいね〜」「温泉に来たみたいだよ」との声も聞かれ、入浴を楽しみにされている方が多いですね。畑作り、お花見ドライブ、買い物ツアー、朝のウォーキング等にも皆さん積極的に参加されていますので、次号からまた詳しくお伝えしていきます。楽しみにしててくださいね。

まだ整わないことも多く、職員の手も行き届かない事だらけですが、入居者の皆様やご家族様にはご意見やご要望を率直にお出し頂きケアハウスが皆様の「明るく楽しい我が家」になるよう、職員も頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。(二階スタッフ)

初めての絵手紙教室

ケアハウスでは5月22日にボランティアさんによる絵手紙教室が始まりました。興味を持たれた入居者さんが5〜6人参加されて、このような「教室」は初めてととても緊張された様子で講師の方を迎えていました。



今回の題材は今が旬の『新玉ねぎ』。皆さんそれを見て「えっ!?!」。考え深げに暫くじーと見つめていました。

先生の説明に頷きながら「描けるかしらー」「私は目が悪いから・・・」「こんな感じ?」と言いながらも一生懸命描いている様子がとても微笑ましく感じられました。ひとりひとりの絵を見ると、玉ねぎや葉をリアルに形よく描いている人や繊細に微妙な色の変化にこだわりながら描いている人などとても初めてだとは思えませんでした。



絵の好きなH・Iさんはただ描き方の説明を受けるだけのつもりが実際に描いてみましょうと言われ、ぶつつけ本番に手が震えていつもの調子が出ない様子でしたが、先生の指導を受けて「あゝそうか：ン——」と自分なりに納得できたようで笑顔がこぼれていました。来月ももう少し沢山の方が参加して楽しい教室になったらと期待しています。(一階スタッフ)

ひなたぼっこおやき 懐かしい味

グループホーム一階は美味しい話で大盛り上がり。信州名物おやきの話になり、「中身は何がいい!」から始まって「野沢菜も美味しいけどナスもいいよね」「あと切干し大根も」これはもう作らずにはいられない。

あ、パート職員が漬けた酢甘の美味しい野沢菜漬けが冷蔵庫にありましたあゝ

さっそく利用者さんが小麦粉、重曹、卵を馴れた手つきでざっくり混ぜてホットプレートへ。刻んだ野沢菜漬けをは



さんで焼いてお手軽にあつという間に15人分のおやきが出来上がり♪「美味しいねえ」「こんない焼くもんがあるんだねえ」「これ、売れるかも」「次はたこ焼きがいいねえ」と素朴でどこか懐かしさが感じられる美味しいひなたぼっこおやきでした。

グループホーム

母の日のメニューは中華で

5月11日の母の日は、お昼のメニューを冷し中華にしてみました。最近麺類の日が少なくして少し寂しかったのでしようか。冷し中華が食卓に出ると皆さん、とても喜ばれていました。

冷やし中華といえば、具材を切るのが少々大変ですが、利用者の方にきざんでいただいたり、盛り付けてもらったりしながら無事に完成。見た目にもとてもきれいに仕上がりました。やっぱりみんなでお料理するのは楽しいですね。試食のときに一人分の量が少し多いことに気づいて「しまった」と思ったのですが、ほとんどの方が残さずに食べて下さった

ので一安心でした。麵の力はすごいですね。また別の機会にもやって見たいと考えています。食事のあとは花瓶に挿したカーネーションを観賞して、母の日をゆつくり楽しみました。



ひなたぼっこランチ

毎月第4日曜日は『ランチの日』です。簡単な小物作りなども行っています。お気軽にお出かけください。6月22日(日) 10:00~13:00 昼食代400円 送り迎えも致します。お申込みは宅幼老所山下までどうぞ

今年も作ります布ぞうり 宅幼老所

昨年の夏に引き続き千葉県から見えているHさん(男性)は布ぞうり作りがお得意です。今年は何人かの利用者様が教わりながら一緒に布ぞうり作りに挑戦されています。Hさんは他に竹の耳搔き作りや手打ちうどんもやられますので、とても楽しみです。

発行 社会福祉法人ひなたぼっこ

T 399-0211

富士見町富士見116500-1

☎ 0266-61-2335

FAX 0266-61-2336