

乙ちち

つる

第95号



大家族

かめ

2022. 11. 5発行

高齢者の敵は孤独！

Loneliness is the enemy of the elderly



コロナウイルス
徐々に減少傾向

人々の身体活動と
社会活動の増加

フレイルや要介護状態
を引き起こす予防

高齢者にとって、外出し、人と交流し、社会参加することが、健康の維持や精神面の安定のため重要です。

身体を動かしたり、他人と交流したりする機会が減ると、心身機能が低下し、フレイルや要介護状態に陥ったり、要介護状態が悪化したりする恐れがあります。

デイサービス手作りおやつベスト7



8月

日	献立	摂取率	日	献立	摂取率
1	栗羊羹	95.4	16	フレンチトースト	85.4
2	チョコパイ	91.3	17	抹茶プリン	98.1
3	ワッフル	95.9	18	ミルクわらび餅	96.8
4	スイートポテト	93.3	19	ピザトースト	94.4
5	紅茶のケーキ	88.9	20	ミカンの茶巾ゼリー	100
6	さつま芋の蒸しパン	94.1	22	ウインナーロールパン	88.4
8	豆腐のきな粉ドーナツ	97.0	24	甘食もどき	94.7
9	バナナローフ	93.6	25	カスタードパイ	92.9
10	チーズ蒸しパン	91.6	26	じゃがいも餅	96.3
11	パンプティング	87.6	27	みたらし団子	98.3
12	ミニどら焼き	93.8	29	一口おはぎ	96.7
13	バナナオムレット	91.0	30	オレンジケーキ	92.4
15	アップルパイ	100	31	チーズロールスコーン	100

9月

1	リングドーナツ(オールド・チョコ)	92.4	8	大根もち	91.5
2	ベニエ	92.4	9	黒ゴマプリン	89.3
3	チョコバナナクレープ	93.4	10	栗ぜんざい	92.6
5	生八つ橋	96.7	12	丸ドーナツ(餡・バナナ)	96.6
6	ドーナツ	92.4	13	チョコバナナケーキ	87.5
7	チョコレートパイ	92.6	14	チーズケーキ	93.7

9月15日以降はバイキングの日を除き同じ献立を順次繰り返し実施しました。

人気のおやつベスト7

1位(3献立)



ミカンの茶巾ゼリー

アップルパイ



みたらし団子

4位



チーズロールスコーン

5位



抹茶プリン

6位



豆腐のきな粉ドーナツ

7位



ミルクわらび餅

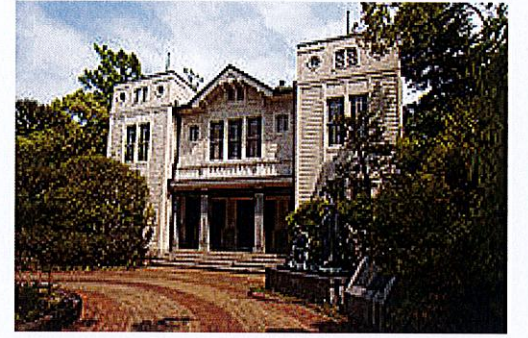
おやつバイキング

8月23日	9月20日	10月20日
サンドイッチ	スコーン	パイ
94.8	96.6	99.6

兵庫県立大学環境人間学部の実習生が考えたデイサービス昼食お弁当

9月5日から9月30日まで各5日間2人1組で4組8人が研修に来られました。

これまでの資料を参考にデイサービスの利用者の好みに加えてタンパク質・熱量等の栄養価、そして厨房での提供が可能な献立を考えていただきました。



研修期間: 9月5日~9日



10月12日実施
小川公美子さん 桑原美奈さん

何組かの皆さん

には丁寧な礼状をいただき少しでもお役に立てて嬉しく思いました。

研修期間: 9月12日~16日



10月15日実施

佐藤加奈さん
藤原泰菜さん

- 桃岳 中華スープ
- 昆布佃煮
- 青梗菜のムニエル
- じゃがいもポテト
- かぼちゃグラタン
- 鮭のカレームニエル
- ご飯

皆さんは毎日、3時
に提供する「手作りおやつ」を担当。作り終えたら利用者の声を聞きに現場へ。「可愛いお嬢さんが作ってくれたおやつは特別美味しいよ!ありがとうございます。」と言われ、利用者
と接する事も生の声を聞く事ができましたね。

研修期間: 9月19日~23日



10月17日実施



実習生の皆さんが考えられた献立は順次、説明をしながら利用者に昼食として提供していきます。きっと喜んで食べていただけると思います。これからも頑張って皆さんに喜ばれる管理栄養士になってください

- 桃岳 味噌汁
- 漬物
- 大根のそぼろ煮
- かぼちゃと卵の炒め物
- エリンギと卵の炒め物
- 鮭の紫蘇チーズ焼き
- 秋ご飯

高橋希実さん
田中なつみさん

- 秋の炊き込みご飯
- 鯖の西京焼き
- ほうれん草のお浸し
- とうもろこしの白あえ
- ひじき煮
- 漬物
- 三つ葉の澄まし汁

研修期間: 9月26日~30日



10月21日実施

古谷優夏さん
柳原あかねさん

- 栗ご飯
- 蓮根の金平
- 焼きエリンギの酢の物
- 小松菜と厚揚げの煮浸し
- 漬物
- 里芋の具だくさん汁
- リング

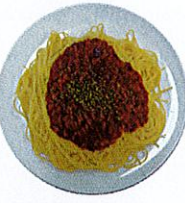


食事バイキング

8月2日 洋食屋さん



ミートソース
パスタ



ピザ
マルゲリータ



白身魚のフライ
トマトソース



ハーブ
ポーク



ロール
パン

ライス



野菜の
フリッター



シーザー
サラダ



ほうれん草の
キッシュ



ポトフ

9月3日 井屋さん



牛丼



穴子丼



天丼



鶏そぼろ丼

ふろふき大根



小松菜の
海苔和え



大豆の旨煮



白米飯



赤だし



漬物

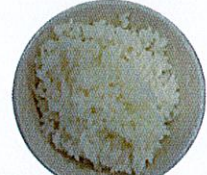
10月7日 中華料理屋さん



卵スープ



白飯



五目焼き飯



漬物



鶏の唐揚げ



酢豚



八宝菜



春巻き



中華サラダ

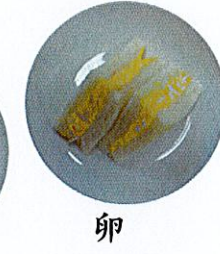
おやつバイキング

利用者の人気のメニューで提供しました。

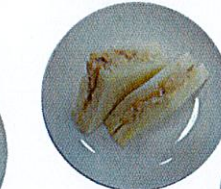
8月23日 サンドイッチ



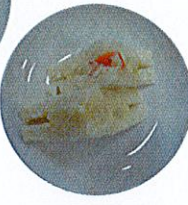
ハム



卵



ツナ



ポテトサラダ



カツ

9月20日 スコーン



チョコチップ



黒ゴマ



バナナ

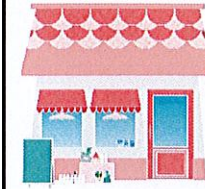


ハニー
ホイップ



ブルーベリー
ジャム

10月20日 パイ



チョコ



りんご



あずき

ベーコン
ポテト



カスタード

旬の贅沢ご飯

旬の贅沢丼を提供しました。

8月26日

うな牛丼



9月23日

ホタテときのこの
炊き込みご飯



10月25日

すき焼き丼



客前料理

利用者の前で作って提供します。

8月8日

熱々の唐揚げをフライヤー調理します

唐揚げ



中華サラダ 味噌汁
白飯・漬物

9月29日

鉄板でパラパラに炒めたチャーハンを提供します

炒飯



胡瓜のキムチ和え
ミニラーメン 漬物

10月21日

フライヤーを使って揚げたてサクサクを味わっていただきます

とんかつ



小松菜の和え物
煮やっこ 味噌汁
白飯・漬物

食の記念日

記念日としての由来を説明し
その食材を使った献立を昼食に提供

8月3日

味噌カツ



八丁味噌の日

愛知県岡崎市の八丁味噌協同組合が制定
伝統製法から生まれる独特な味わいの八丁味噌の
おいしさをより多くの人に知ってもらうため 日
付は「は(8)っちょうみ(3)そ」の語呂合わせから

9月6日

鶏肉と野菜の
黒酢和え



黒酢の日

ミツカンが制定 黒酢をはじめとした飲用向けの
食酢や食酢入りの飲料のPRを目的
日付は「く(9)ろ(6)酢」の語呂合わせから

10月10日

肉団子の
酢豚風



肉団子の日

日本ピュアフードが制定
肉団子の美味しさをアピールするのが目的
日付は10と10の形が串と肉団子を連想させること
と、この時期から鍋の季節となることから

カフェテリア

昼食時に目の前で2つの献立の食べたい方を
選んでいただいで提供

8月13日

竹輪パン



細巻き3種

9月8日

サーモン
フライ



麻婆豆腐

10月5日

天津飯



卵のホット
トサンド

8月31日

白身魚の味
噌マヨチー
ズ焼き



チキンロール

9月14日

手捏ね寿司



焼肉
バーガー

10月14日

豆腐と鶏
肉のナゲ
ット



鮭の
磯辺焼き

選択献立

午前中に食べたい方を選んでいただき夕食に提供

8月6日

鮭のムニ
エル



巣ごもり卵

9月11日

かつ丼



海鮮丼

10月16日

三色丼



中華丼

8月21日

冷麺



海鮮塩焼きそば

9月25日

豚肉とキャ
ベツの重ね
蒸し



酢豚

10月29日

サーモン
フライ



鶏の唐揚

キャッシル真和デイサービス第2

姫路市飾磨区今在家7丁目99
☎079-231-5955 FAX079-231-5956

今年も夏祭りを中止しましたので、来年は出
きる事を願って盆踊りの壁紙を作りました。



盆踊り・壁紙



ビンゴゲーム



ビンゴゲーム大好き！数字が出ると一喜一憂
されていました。



コスモス畑・壁紙



コスモスの花
びらをたくさ
ん作って重ね
て貼りました。



絵手紙

敬老の日



敬老の日のお祝いをしました。
敬老の日は日本生まれの記念日で、兵庫県
多可郡野間谷村（現在の多可町）で「お年
寄りを大切に、お年寄りの知恵を生かした村作りをしよう」と当時の村長門脇政夫
氏が提唱されたのが始まりです。



ぶどうの絵手紙を作
られ「誰に出そうか
な？」と・・・。



秋の手芸



紅葉や動物
の壁飾りを
作られました。

見学大歓迎！

毎日同じ、機能訓練指導員によるリハビリやマッ
サージもあります。ウォーターベットも常備！
一度お越しください。お待ちしております。

特養 スキルアップ研修

8月研修・身体拘束

8月30日、介護職員 高橋 聡が
講師となり、介護職員13名が参加し
て「身体拘束とハラスメント」につ
いて勉強会をしました。



高齢者の身体拘束を行う事により、職員は自らが行うケアに対して誇りや自信
を持てなくなり士気が低下します。また、身体拘束が常態化しているような事業
所は職員同士で悩みを相談できる環境ではなく、ハラ
スメントも横行していたりするという事例を通じて改
めて学びなおしました。



現在は、当施設では「身体拘束」は行わず、職員の
見守り等で行えていますのでこれを守って続けていき
たいと全員の職員が決意しました。

9月研修・ポジショニング

9月27日、介護職員管原正明が講師となり、介護職員11名が参加し
て「ポジショニング」褥瘡予防について勉強会をしました。

褥瘡の発生リスクを高める要素は「体圧」。効果的なポジショニングを
行うことによってうまく体圧をコントロールできれば、褥瘡の発生や悪化を減らす
ことができます。



褥瘡は一度発生すると中々治りにく
いものなのでしっかり体位変換を行
うとともに看護師との連携も密にし
「褥瘡ゼロの施設」を目指す事を確認
しました。



10月研修・余暇の考え方

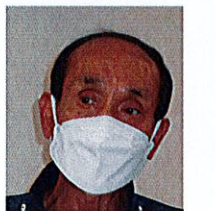
10月25日、介護職員米井昭博が講師となり、職員14名が参加して
「余暇の考え方」について勉強しました。

最初に利用者の1日のスケジュールの再確認を行いました。

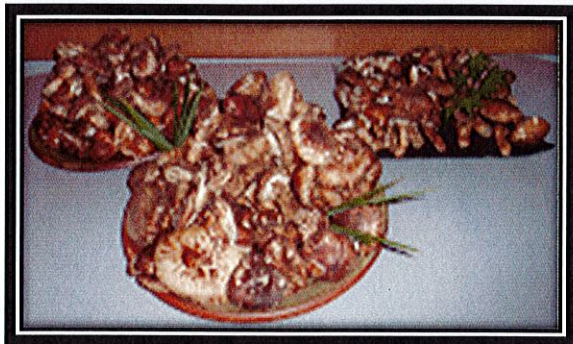
余暇活動の現状と課題を学び、レクリエーションのメリット・行う際の注意点、盛
り上がるレクリエーション等項目について個々に勉強してい
きました。



職員が先頭に立ちパート職員に教えながら楽しいレク
レーションを職員・パート・派遣職員全員が出来るようになっ
ていきたいと思ひます。



秋の味覚・松茸を・・・



献立は、松茸ご飯、松茸のすき煮、鯖の七味焼き、とうもろこしのかき揚げ、いんげんの金平、白菜の漬物、松茸のお吸い物・カクテルフルーツでした。

松茸を使った贅沢ご飯を10月19日に提供しました。

皆さん、「昔はうちの山でも取れていたのよ。」
「毎日松茸ご飯でまたかと思っていたのに今では一番贅沢なご飯になってしまいましたね。」
「懐かしくて美味しいです。」と喜んでいただきました。



西山田秋祭り



10月8日、地元西山田町ののぼりが施設に来られました。のぼりを見て感激される方や歌に合わせて手拍子をしながら「私、祭りが好きやから見られてよかった」と喜んでおられました。

第2 デイサービスに**相撲の力士**がきてくださいました。



10月24日、理事長の紹介で木瀬部屋所属の現役大相撲力士「宇良（うら）」前頭3枚目が来られ、写真と一緒に撮ったり、サインをしたり、皆さんからの質問に答えたりとか・・・。楽しいひと時を過ごしました。



編集後記



コロナウイルス対策については、ウイルスの特性の変化やワクチン接種の進捗に応じて行動制限や経済活動の制限が見直されていますがオミクロン株については、若者の感染者リスクは低いものの高齢者のリスクは引き続き高いです。そのため、現在も面会はオンライン面会を続けさせていただいておりますが、一日も早く皆さんに自由に施設へ来ていただける日が来る事を願っています。

レター委員会委員長 花畑 亜紀

キャッシル真和 こちら つるかめ 大家族

発行：レター委員会

〒679-2115 姫路市山田町西山田726-1

TEL：079-263-2325 FAX：079-263-2344

ホームページ：http://www.casil.or.jp

