

# まほろば 新聞 5月号



第80号

平成28年5月1日 発行 まほろば本社  
〒496-0834 津島市南本町二丁目1番地 電話0567(22)5766

藤の花も咲き、緑鮮やかなうるわしい季節となりました。そして早くも夏を思わせるような日射しの強い日もありますね。朝晩の気温の変化で体調を崩さぬようご注意ください。まほろばでは今月も様々なイベントを用意致しましたので、皆様のお越しをお待ちしております。

## 津島デイサービス 外出レク「お花見」

雨天の日もありました。外を散策できない分、桜並木の綺麗な道をドライブしました。外出レクも後半は桜が満開でも見応えがありました。



## 独唱服部様



ご夫婦で歌われます。とても人気のあるボランティアさんで利用者様もマイクを手に一緒に歌われるなど、とても楽しまれました。

総勢 15名のコーラスはとても心地よく、皆さんからアンコールが飛び出しました。



## 外出レク<チューリップ> 書道教室

色々な種類のチューリップが一面に咲き誇っていました。たくさんの方で賑わっていましたが、みなさん綺麗だねと楽しそうに微笑まれました。



## 食レク「桜餅」

桜色の生地をホットプレートで薄く焼いたら餡を挟んで出来上がり。桜茶と一緒に食され、おいしいと好評頂きました。



## 4月のお誕生日の方

おめでとうございます!



## 5月・6月 行事予定

ボランティアさんや、食レク、行事についての予定ですが、その他毎日たのしいイベントをご用意しております。



津島デイサービス		津島ショートステイ	
5月 2日(月)	食レク(鯉のぼりどら焼き)	5月 5日(木)	まほろば御膳
5月 4日(水)	お抹茶会	5月 13日(金)	まほろば御膳
5月 5日(木)	まほろば御膳	5月 24日(火)	まほろば御膳
5月 6日(金)	書道教室		
5月 9日(月)	律&敏(マジック・唄など)		
5月 10日(火)	書道教室		
5月 11日(水)	フルート		
5月 12日(木)	オカリナ		
5月 13日(金)	まほろば御膳		
5月 14日(土)	食レク(鯉のぼりどら焼き)		
5月 15日(日)~21日(土)	お誕生日週間		
5月 16日(月)	ひばりの会		
5月 19日(木)	音楽レク		
5月 20日(金)	保育園児慰問		
5月 21日(土)	書道教室		
5月 22日(日)	お抹茶会		
5月 23日(月)	パン教室		
5月 24日(火)	独唱服部様・まほろば御膳	6月 1日(水)	まほろば御膳
5月 25日(水)	食レク(鯉のぼりどら焼き)	6月 13日(月)	まほろば御膳
5月 30日(月)	ひまわり会	6月 25日(土)	まほろば御膳
5月 31日(火)	お抹茶会		
6月 1日(水)	まほろば御膳		
6月 2日(木)	食レク(チョコハナクレ-フ)		
6月 3日(金)	書道教室		
6月 9日(木)	書道教室		
6月 11日(土)	お抹茶会		
6月 13日(月)	まほろば御膳		
6月 14日(火)~20日(月)	お誕生日週間		
6月 16日(木)	はなの木		
6月 21日(火)	食レク(チョコハナクレ-フ)		
6月 24日(金)	パン教室		
6月 25日(土)	まほろば御膳		
6月 27日(月)	お抹茶会		
6月 28日(火)	書道教室		
6月 29日(水)	食レク(チョコハナクレ-フ)		

愛宕デイサービス	
5月 5日(木)	まほろば御膳
5月 7日(土)	食レク(鈴カステラ)
5月 9日(月)	ボラ・琴吉会
5月 10日(火)	ボラ・ひばりの会
5月 11日(水)	食レク(鈴カステラ)
5月 12日(木)	パン教室(クリームチョコ-ル)
5月 13日(金)	まほろば御膳
5月 17日(火)	ボラ・習字
5月 17日(火)~23日(月)	お誕生日週間
5月 18日(水)	ボラ・フルート
5月 19日(木)	ボラ・塗り絵
5月 24日(火)	まほろば御膳
5月 25日(水)	パン教室(クリームチョコ-ル)
5月 26日(木)	ボラ・ひまわり
5月 27日(金)	お抹茶会
5月 30日(月)	食レク(鈴カステラ)
6月 1日(水)	ホラ・ティソカ-ル、まほろば御膳
6月 6日(月)	パン教室(カレー-ル-ソ-ル)
6月 8日(水)	食レク
6月 9日(木)	ボラ・ランタナ
6月 10日(金)、15日(水)	外ランチ
6月 13日(月)	まほろば御膳
6月 14日(火)	ボラ・琴吉会
6月 17日(金)~23日(木)	お誕生日週間
6月 22日(水)	ボラ・塗り絵
6月 24日(金)	食レク
6月 25日(土)	まほろば御膳
6月 27日(月)	お抹茶会
6月 28日(火)	食レク
6月 29日(水)	パン教室(カレー-ル-ソ-ル)

大当郎デイサービス	
5月 3日(火)	工作レク
5月 5日(木)	まほろば御膳
5月 6日(金)~12日(木)	お誕生日週間
5月 6日(金)、7日(土)	工作レク
5月 9日(月)	松谷スマイル会(カラオケ)
5月 10日(火)	ヘッドマッサージ
5月 12日(木)	習字
5月 13日(金)	まほろば御膳
5月 14日(土)	食レク(兜アップルパイ)
5月 16日(月)、17日(火)	パーベキュー
5月 18日(水)	パン教室
5月 21日(土)	さくらさくら(舞踊)
5月 23日(月)	永春会(舞踊)
5月 24日(火)	まほろば御膳
5月 25日(水)	絵手紙
5月 27日(金)	食レク(兜アップルパイ)
5月 30日(月)	カウピリ(フラダンス)
6月 1日(水)	まほろば御膳
6月 3日(金)	ヘッドマッサージ
6月 6日(月)	食レク
6月 9日(木)	パン教室
6月 13日(月)	まほろば御膳
6月 14日(火)~20日(月)	お誕生日週間
6月 16日(木)、17日(金)	外出レク
6月 20日(月)	さくらさくら(舞踊)
6月 22日(水)	食レク
6月 25日(土)	まほろば御膳
6月 30日(木)	カウピリ(フラダンス)

大当郎有料老人ホーム	
5月 1日(日)	食レク(お好み焼き)
5月 5日(木)	まほろば御膳
5月 12日(木)	外出レク(近隣公園散策)
5月 13日(金)	まほろば御膳
5月 19日(木)	外出レク(近隣公園散策)
5月 24日(火)	まほろば御膳
6月 1日(水)	まほろば御膳
6月 13日(月)	まほろば御膳
6月 25日(土)	まほろば御膳

食レク、外出レクは日程が決まり次第ご案内いたします。



# 手作りにこだわる 厨房からです。

## 5月号

### 4月の行事食

美味しいお料理を  
ご用意して  
お待ちしております。



#### 4月9日(土)

海老マヨやホタテのチリソース煮などの中華料理でした。海老マヨや中華風炊き込みご飯、カニとセロリのスープなど好評でした。セロリのスープは、苦手な方には苦味が強かったとのこと意見もいただきました。



#### 4月15日(金)

季節の料理でした。春色ご飯は桜えびとグリーンピースを使用し、鮮やかなピンクと緑の彩が良かった。煮物やサラダ、茶碗蒸しが味付けが良かった。鯖のアーモンドフライは味付けは良く鯖は柔らかかったけれど、衣が硬かったなどのご意見をいただきました。



#### 4月25日(月)

鹿児島料理でした。全体的にご好評でしたが、きいこん(鶏と野菜の煮しめ)の鶏肉が大きくて食べにくく、においが気になるとのことなので、今後の献立に反映させていただきます。(さつますもじ)というさつま揚げの入ったちらし寿司や黒蜜を使用した寒天が美味しかったとのこと意見をいただきました。

## ~ 5月の行事食について ~

### 5月5日(木)こどもの日は、

主に名古屋などで端午の節句に食べられている、黄飯(きいはん)や脂の乗った金目鯛の煮付け、筍やアスパラなど旬の野菜を取り入れたメニュー、甘いアロエの入ったヨーグルトゼリーのさっぱりデザートなどをご用意しております。

こどもの日に、かしわ餅を食べるのはなぜ？  
江戸の武家社会からといわれています。かしわの葉は新芽が伸びてこない限りは古い葉が落ちないので、家系が絶えない・子孫繁栄の象徴とされ、縁起をかついで食べられるようになったそうです。

### 5月13日(金)は、

サクサク衣に、手作りタルタルソースをかけていただくエビフライや、ウインナーや炒め野菜とスパゲッティをケチャップあじでからめた昔ながらのナポリタン、あずきクリームをサンドした抹茶のケーキなどをご用意しております。

えびの美味しさはうまみ成分のアミノ酸を多く含むため、高たんぱくで低脂肪、糖質はゼロというのが特徴です。タウリンは血中コレステロールを抑えて動脈硬化を予防する働きとともに、肝機能強化や眼精疲労の緩和に効果があります。また高血圧予防、免疫力強化、小海老の殻には骨粗鬆症予防の効果などもあります。

### 5月24日(火)は、辛くない韓国料理がテーマです。

鶏肉と野菜を甘辛いたれで炒めたタッカルビや、カニの身入りのナムル、白ごまを使用したプリン、柔らかい細かな牛肉と野菜を煮込み卵をとじたスープをご飯にかけていただくクッパなどをご用意しております。

ごまはアジアで食べられるイメージがあるかもしれませんが、アフリカ大陸に起源があるとされており、世界中で歴史的にも古くから使用されています。タンパク質、良質な脂質、カルシウム・鉄などのミネラル、ビタミン、食物繊維などバランスよく含まれています。

## 津島ショートステイ

## 食レク『ブルーベリーケーキ』



### 女性陣

ケーキ作りはお手のもの！  
みんなで協力し合って作りました。

とっても美味しい！

## ショートステイをご利用しませんか！

ショートステイは、ご自宅で介護されているご家族が、一時的に介護することが困難な場合に、短期間で施設をご利用いただくサービスです。1泊からご利用できます。

こんなときにご利用ください。

ご家族の方が

**病気・入院・冠婚葬祭・旅行・介護疲れ**

当施設は、

- 1 プライバシーを大切に考えた**完全個室**です。
- 2 朝・昼・おやつ・夕食は、調理スタッフ自慢の**手作り料理**です。
- 3 お風呂は**準天然温泉**で、お体の状態に合わせた浴槽があります。

詳細につきましては、ご担当のケアマネージャー、もしくは弊社ショートステイの担当までお問い合わせください。 担当：中村、伊藤、鈴木



# 愛宕デイサービス

## 外出レク ★三ツ又池公園★

見事な芝桜にウットリです！記念撮影をして・・・この後『花より団子』しました！



## 食レク (お好み焼き)

ミニお好み焼きを作りました。生地を焦がさないように焼くのにコツが入ります。お好み焼きのタレをかけて、青のりをふりかけて... いい匂いに、『頂きます！』

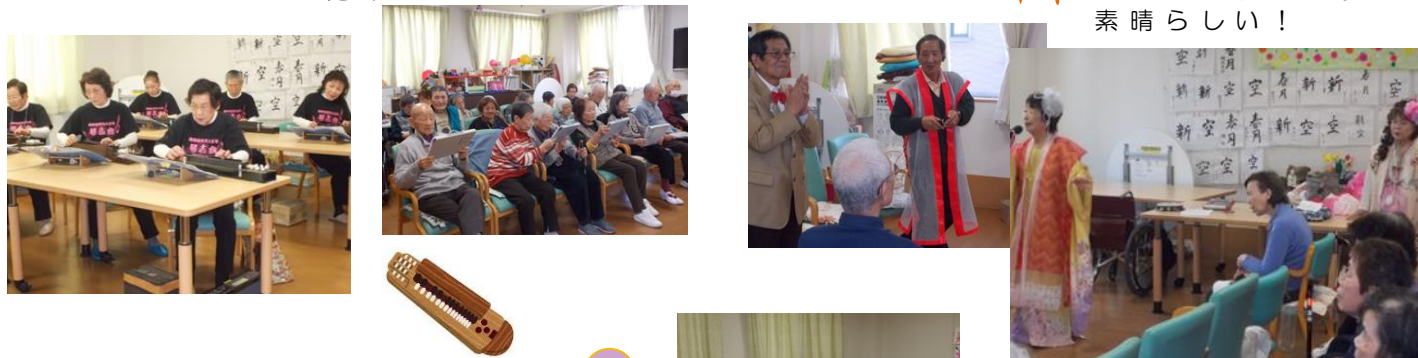


## 琴吉会

懐かしい曲、新しい曲に口ずさんだりされています！

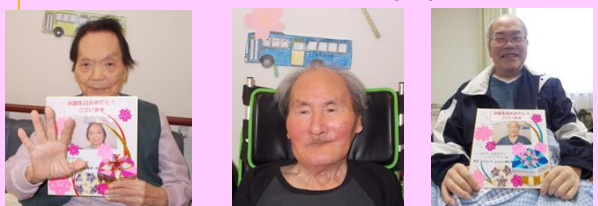
## ひばりの会

今回は衣装を見て下さい！ 歌声も素晴らしいですが衣装も素晴らしい！



## 4月のお誕生日の方

おめでとうございます。



## ボラ・習字



お題は『春月』『空』『新』。字にも個性が出ますが、書き方にも個性が出ます。納得いくまで挑戦する人、そうでない人。それぞれです。

# こんにちは、ケアマネです。

最寄の当社事業所のケアマネまでお気軽にご相談ください。



今月熊本で大規模な震災が発生しました。

災害弱者になりやすい高齢者の方にとって、日ごろから災害へ備えておくことが大切です。

日ごろの備えとして

- 家族や近所の方に手伝ってもらい、家具や家電を固定しましょう。
- 非常用持ち出し品には、常備薬、処方箋、入れ歯や老眼鏡、補聴器も入れておきましょう。
- 日ごろから、近所の方には声をかけましょう。
- 身分証は携帯して起きましょう

また、災害時の避難経路や避難場所を確認しておくことも大切です。

<当社事業所>

津島：0567-22-5766

愛宕：0567-55-9596

大当郎：052-364-7701

## 訪問介護ステーションまほろばです。

### ■ 老人と便秘症

老人は一般に年齢を重ねるにしたがって、さまざまな原因が重なりあい、その結果として便秘が増えるといわれています。

高齢になるにしたがって、歯が弱り、かつ消化力も劣ってくるため、軟らかくて消化のいいものだけを食べるようになります。

さらに、食べる量が少なくなることも加わって、便の量自体も減り、弛緩性便秘になりやすくなります。

腸の蠕動運動の起こり方も弱くなり、腹筋が弱っているため排便のためにいきむ力も弱くなり、同時に血行も悪くなり腸管の運動も低下、よって便が溜まりがちになります。

### 訪問介護ステーションまほろば

TEL 0567-55-9596

サービス提供時間

7:00~22:00

(時間外でもご相談下さい)

土・日・祝祭日も、訪問させて頂きます。

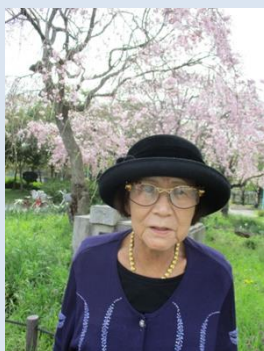




# 有料老人ホーム

## 外出レク～お花見～

近所の横井山公園にて花見に出かけました。桜が満開で穏やかな陽気の中散歩を楽しむことが出来ました。大当郎の近所の喫茶店に寄り、ソフトクリーム入りアイスコーヒーや大きなチョコレートケーキ、パンが有名な喫茶店でしたので、サンドイッチをみんなで分けあって試食しました。



## 食レク <チョコ生八つ橋>



チョコ生八つ橋をつくり、美味しく頂きました。

## <桜もち作り>



みなさん真剣にあんこを包むことが出来ましたよ。笑顔で美味しそうに食べて見えました。

## <老人ホームに待望の空室が出ました！>



ご利用料金・部屋状況など、お気軽にお問い合わせください。  
《完全個室 全20室》

施設名：大当郎ケアセンターまほろば  
場所：名古屋市中川区大当郎二丁目 1108番地  
設立：平成24年8月

お問い合わせ

☎052-364-7701

担当：古橋

## 外出レク☆お花見☆

# 大当郎デイサービス

今回のお花見は横井山公園と蟹江図書館へ行って来ました。天気にも恵まれ、たまには外でのおやつもいいですね～！



## <ボランティアの方々>

### NEW!



**さくらさくら様** (日本舞踊)  
今月より来て下さったボランティア様です。ひとりでの演舞や、ふたりでの演舞を披露して下さいました。

**キャンパントウ  
アンソナル様**  
(吹奏楽)



**カウピリ様**  
(フラダンス)



**永春会様**  
(日本舞踊)



**落語研究会様**  
(落語)



今月も多くのボランティア様が来て下さいました！

## 食レク (たこ焼き)

中身はウインナー、タコの二種類！女性陣が大活躍でした!!焼いては食べるの繰り返しでお腹いっぱい！



## 4月お誕生日の方 おめでとうございます！



## 食レク (あんドーナツ)

みなさん待望のあんドーナツ作り！皆様慣れた手つきで生地・あんこをきっちり量り手早く作られました。