

# まほろば 新聞 11月号



第92号

平成29年11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

こたつの恋しい季節になりました。朝夕の寒さが身に沁み、秋も一段と深まり美しい紅葉を見かける機会も増えてきそうですね。まほろばでは書道教室も行ってあります。芸術の秋なのでこの機会に是非いかがでしょうか？その他にも楽しいレクリエーションを揃えてお待ちしておりますので、是非とも足を運んでみてください。

## 『津島ケアセンターまほろば』

## 《秋祭り》

子供獅子がまほろばに来て下さいました。子供獅子は、子供たちがハッピーを着込み、はち巻きを頭に、大きな獅子頭を手に、揃いのハッピーに「ワッショイ、チロリン」の掛け声も勇ましく、市内各町内から元気いっぱい津島神社へ詣でます。子供たちの可愛くも凛々しい姿は見所の一つです。利用者の方々の所へ行き皆様と触れあい、感動して泣いてしまった方もいらっしゃいました。山車も出て、津島の有名なお祭りを堪能しました。



## 『大当郎ケアセンターまほろば』



大当郎にも町内の子供獅子がやってきました。ご利用者様も子供さん達から元気を分けてもらいました。



日曜日もご利用いただけます。日曜日は定員15名。ちょっといつもと違います。

## 《運動会》



玉入れやパン食い競争、応援合戦に大いに盛り上がりました♪

## 津島デイサービス

### 水墨画



今回は初めての水墨画に皆様挑戦！楽しまれていました♪

## 《パン教室～いちごジャムぱん》

今回はいちごジャムパンを作りました♪甘くておいしかった～！



## 書道教室

今回は「実」、「果物」といった漢字をお題に皆様一生懸命取り組まれていました！



## 食レク～豆腐入り白玉団子



## 保育園児慰問



子どもたちの笑顔に皆様笑顔になれていました♪

10月のお誕生日の方  
おめでとう  
ございます。





「手作り」にこだわる  
「食材」にこだわる  
「味」にこだわる

11月号

10月の行事食

厨房からです。



10月13日(金)

10月13日は季節の御膳でした。きのこご飯や茶碗蒸しなど程よい味付けで食べやすかったと好評でした。量が少し多く感じた方もみえたようです。



10月25日(水)

10月25日はマグロ・サーモン・ネギトロの海鮮丼でした。刺身の切り身の臭みもなく美味しかったと好評でした。

管理栄養士 岸本 久恵

~11月の行事食について~

11月7日(火)

秋鮭の三色丼やかぼちゃコロケ、けんちん汁、モンブランなど、彩り豊かな秋の季節御膳です。

けんちん汁は、鎌倉の建長寺(けんちょうじ)が発祥の精進料理が評判となり、全国に広まったとされています。油気があり具たくさんなけんちん汁は、本格的な寒さに備え、栄養を摂り温まれる料理です。収穫が終わった旬な野菜でビタミン、ミネラル、食物繊維を、炒めることで良質な油を取り、疲れた体に栄養を補給します。

11月30日(水)

秋のきのこ御膳です。松茸ごはんをはじめ、煮物や和え物にもきのこをふんだんに使用しました。どのきのこが入っているか探してみてください。

きのこは、水洗いしない方が良いとされています。現在販売されているきのこの多くは衛生的な工場などで栽培されているため、ごみや泥の付着はほとんどありません。さらに、水洗いすると水分を吸って食感を損ない、水溶性の栄養が流れてしまいます。また、きのこは冷凍することで細胞壁が破壊され味も香りも良くなります。まとめ買いし食べやすい大きさにカットしたら冷凍保存をおすすめします。

管理栄養士 岡本 麻実

**行事食** ご利用日ではなくてもご利用頂けますのでご連絡お待ちしております。

津島ショートステイ

一泊からご利用いただけます。<sup>2</sup>  
全個室 20室です。

食レク

「さつまいものきな粉ボール」



さつまいもときな粉の相性抜群でとっても美味しく出来ました♡  
味比べてココアパウダーvarも作ってみたけど…。何とも言えないお味でした(笑)

今月の作品  
~紅葉街道、ハロウィン~

銀杏が美味しい季節です！イチョウも綺麗に色づいて明るくなりました^^

“Trick or Treat お菓子くれてもイタズラします笑”



<みのある会>

一緒に踊って歌って楽しい一時でした！  
アンコールは出来なくてちょっと残念…  
…楽しみはとっておくもの！笑



9月の誕生日の方



おめでとうございます。



# 愛宕デイサービス

ボラ・ロゴス  
<腹話術>

白組の勝利  
ー！！

可愛い“お孫さんたち”を連れてのボラさんたちです。腹話術あり、ゲームありで皆さん大盛り上がりでした。



1階と2階にフロア。窓からは明るい陽射し。窓を開ければさわやかな風が入ります。

## 『運動会』



毎年恒例の秋の運動会『まほりんピック』です！綱引き・玉入れ・輪っか回し、そして一番盛り上がったのはやっぱりパン食い競争！！皆さん素晴らしい笑顔を見せて下さいました。皆さんには職員お手製の賞品が配られました！！

## 食レク『かぼちゃ入ホットケーキ』

かぼちゃのペースト入りのホットケーキです。こんがり“いい塩梅”に焼くのが難しいです。でも出来映えは『ほっこり』するお味でした。



かぼちゃをつぶしてペースト状にします！結構、力があるんですよ。



## パン教室～塩パン～



今月は“塩パン”です。塩パンと言っても塩辛くは無いです、バターロールみたいなお味です。皆さんクロワッサンみたいに上手く生地を巻いて下さっていました。

## ボラ・ティンカーベル



今回は紙芝居や日舞・コーラスと芸達者さんの集まりで楽しい時間を作って下さいました。

## 10月のお誕生日の方

おめでとうございます。



# こんにちは、ケアマネです。

介護が必要になったけれど、どんなサービスをどれくらい利用すればいいのかわからない？そんな時は、気軽にこちらのケアマネージャーまでご相談ください。

- ◎通院が大変
- ◎食事の準備に困っている
- ◎お風呂に入れない など

### 介護保険のサービス

- ・訪問介護・デイサービス
- ・訪問看護・ショートステイ
- などがあります。

### 自治体やボランティア

- ・地域のコミュニティーサロン
- ・配食サービスなど
- ・市町村の独自サービス

### 公的医療保険のサービス

- ・訪問診療
- ・訪問歯科
- ・訪問マッサージなど

活用できるサービスの種類は様々です。

困っていることや心配なことがあれば、担当のケアマネージャーまでご相談ください。



お困りのことなどございましたらご相談ください。

<当社事業所>

津島：0567-22-5766  
管理者 金田

愛宕：0567-55-9596  
管理者 保木(ほき)

大当郎：052-364-7706  
管理者 服部

## 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。

愛宕ケアセンターまほろば TEL 0567-55-9596

サービス提供時間： 7：00～ 22：00

(時間外でもご相談ください)

土・日、祝祭日も、訪問させて頂きます

サービス実施地域： 津島市・愛西市・稲沢市・あま市



# 有料老人ホーム

住宅型有料老人ホーム  
20室。  
ゆったりとした生活です。

## 【1面続き】子供獅子



獅子に噛まれると厄病退治、  
無病息災という言い伝えがあり  
ます。皆様こそって獅子に手を  
噛まれておられました。

大当郎の町内の子供達は30名程いらっしゃいました。遠くから笛の音が  
聞こえ、大きな掛け声と共にまほろばへ来られました。ご利用者様の中には  
お菓子をあげる方もおられ、とても喜んでいらっしゃいました。



噛みつきワニゲームでドキドキ！  
交代でワニの歯を押ししていきます。  
当たりの歯を押すと、ワニがガブリ！  
その歯は当たりかな？外れかな？



# パン教室～メロンぱん～



外はカリッと中はふんわり！  
みなさん上手に作る事が出来まし  
た。

老人ホームの方も近所の方も  
ご利用いただけます。

# 外出レク～戸田川緑地～

# 大当郎テイサービス

真っ赤なサルビアの花が咲いていました。  
天気も良く花の色が  
映えていてとても  
きれいでした。  
お留守番している方も  
シェンガやランプ、  
坊主めくり等をして  
過ごされました。



# 『10月レクリエーション大会』入賞者様

【優勝】



【第2位】



【第3位】



# パン教室《メロンぱん》



焼きあがりも外はサクサク、中はふん  
わりで上等な出来でした。  
みんなで美味しくいただきました！

# キャンウインドウアンサンブル



利用者様も珍しい楽  
器を目の前にし興味  
深々な様子でした。

# <チームひまわり>



今回も素敵な歌声でみなさん真剣に鑑賞されて  
いました。

# 10月お誕生日の方



おめでとうございます！