

# 私のおすすめレシピ

## トマトのお浸し



ケアハウスちあき  
管理栄養士  
早矢仕 菜央

エネルギー：91kcal  
塩分：1.5g 1人分

### 材料(2人分)

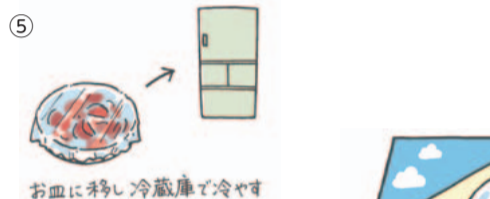
- トマト……………2個
- かつお節……………2パック(4g)
- 薬味(お好みで)  
生姜、ネギ、みょうが

- 水……………100ml
- 醤油……………大さじ2
- みりん……………大さじ2

### 作り方

- ① トマトはくし形切りにする。
- ② 鍋にAを入れ沸騰させる。
- ③ 沸騰したらトマトを入れ30秒～1分加熱する。
- ④ 火を消しかつお節を入れる。
- ⑤ お皿にうつし冷蔵庫で冷やしたら完成。

※食べる時にお好みで薬味をのせてください。



できあがり

トマトに含まれるリコピンは生活習慣病の予防につながると言われています。リコピンは油と一緒に食べたり、加熱調理をすることで吸収率を高めることができます！

# 私の楽しみ・こだわり 会員の声

家族向けのリサイクル店を開いている。みんなが買いたい物をして喜んでくれることが私の生きがいになっていく。土砂降りでも来てくれるほど。



子ども用品があるので子育ての助けになっている。子育ての愚痴で子育ての助けになっている。子育ての愚痴

## リサイクル店でお待ちしています

北名古屋支部 早川 里子

「いろいろな相談を持っていくので、頭の体操になってボケるひまはない。昔は大家族の中で相談できたことができなくなって、ここに持ってくるんだらう。相談所がなく、買物のついでに気軽に相談できたりすることが大事なんだろう。92才にもなって普通は自分のことで精一杯なのに、50年もみんなのことばかりやっていた。高齢者だからできることがある。これからは、相談に乗っていき

# チンドン祭で大盛り上がり!!



## 萩原グループホームちあき



## ごいっしょに働きませんか?

尾張健友会グループはこんな所  
現場のつぶやきから ④

### 看護部新人歓迎交流会



ローテーション研修が終わり、9人の新人看護師がそれぞれの部署に配属となりました。看護部では、新人さんが部署の仲間として受け入れられるように毎年新人歓迎交流会を実施しています。各部署が工夫をこらして作成した部署紹介動画を視聴したり、配属部署の先輩たちと一緒に話をしたりと、楽しい時間を過ごすことができました。どんな看護師に育っていくのか今から楽しみです。

## 職員募集中



尾張健友会本部 ☎0586(76)0003  
千秋病院師長室 担当 丸井 ☎0586(77)0012

※職種など詳しい求人情報は隔月に掲載します

## 輝け!職員

⑬②

### 福祉用具のご相談ください

尾張健友サービス

森 壘(31)



以前は豊田市で自動車エンジンを組み立てる仕事をしていました

た。働く中で「せっかくなら地元で役に立つ仕事をした」と思うようになり、2021年9月に尾張健友サービスへ就職。

尾張健友サービスでは、福祉用具(介護用品)を取り扱っています。主に要介護認定を受けた方が対象で、けられた方が対象で、ケアマネジャーからの連絡を受けて自宅などへ伺います。用具を選ば際には、「身体状況や生活環境を聞いて適切な用具を一緒に選ぶことを大切にしています。」

9月には第1子の誕生を控え、「休日には夫婦で必要な物の準備を楽しんでいる」と微笑みます。

萩原商店街では毎年、春と秋の2回、「チンドン祭」が行なわれていきます。今年も5月28日に第57回萩原チンドン祭が開催され、その中から2組

の利用者のみなさんは、その日の午後や、次の

目の前で繰り広げられるパフォーマンスに笑顔で拍手したり、懐かしい曲は一緒に口ずさんでいました。また、流し目が涼しい男性パフォーマンスに、職員も含め、女性陣が心を弾ませる場面も。終わった後は、握手をしながらお礼を言っていました。

萩原事業所一同、来年もチンドン屋さんに来てくれるのを心から待っています！  
介護福祉士 篠田 里美