

私のおすすめレシピ

焼きナスの梅とろろ昆布和え



千秋病院
管理栄養士
藤山 友紀

エネルギー：168kcal
塩分：2.6g 1人分

材料(1人分)

- ナス……………2本(200g程度)
- ごま油……………小さじ2
- 梅干し……………1個(10g程度)
- とろろ昆布……………8g

作り方

- ①ナスは1cm幅の輪切りにする。梅干しは種を取り、包丁でたたく。
- ②フライパンにごま油を熱し、ナスを入れ、蓋をして中火で蒸し焼きにする。
- ③ナスがやわらかくなったら、とろろ昆布と梅干しを和え、皿に盛る。



梅干しに含まれているクエン酸は腸内の悪玉菌を殺菌し、便秘や下痢改善効果があるとされています。昆布も加えることでデトックス効果もさらに高まります。旬の秋ナスと一緒に召し上がり下さい。

私の楽しみ・こだわり 会員の声



70歳を過ぎ、これといった趣味もない私ですが、ある方からパソコンで会員名簿を作ってほしいと頼まれました。パソコンは10年以上のブランクがあるのでやれるかどうか半信半疑でしたが、挑戦して

パソコンサークル
ちよつとのぞいてみませんか？

千秋支部 酒向 久子

みようと昔習った本と、その時覚えるため必死に書き残していた備忘録をたどりながら、なんとか名簿は出来上がりました。

もう一度パソコンを使って、絵手紙やカレンダー、アルバム、料理レシピなど作ってみたいと次々頭をよぎり、パソコンサークルがすぐ近くにあるのであるのを

知って早速のぞきに行き、その場で仲間に入れてもらいました。パソコンサークルは1か月に2回、第2と第4水曜日に友の会事務所で9時からやりますよ。私は難しく考えず、今自分のやりたいことを皆さんに聞きながら、楽しくやっています。

パソコンがあってもなかなか開くことはなくなっていました。今は台所で好きなジャズを聴きながら楽しんでいきます。興味のある方、パソコンサークルをちよつとのぞいてみてください。

4年ぶりの花火大会

花火が咲けば笑顔も咲いて

介護老人保健施設ちあき



7月15日、4年ぶりに老健の夏のイベント、花火大会を開催することが



輝け!職員

134

「おいしかった」の 声に励まされて

老健ちあき 伊藤 翼さん(31)

前職は美容師ですが、体調を崩して休んでいました。千秋病院

で働く母から「介護職を募集しているからやってみたら」とすすめられ、デイケアのパート職員として働くことに。幼い頃、祖父母に面倒をみてもらっていたので、利用者さんたちともすぐに打ち解

けられました。あれから9年、介護福祉士となり、けやき棟のおやつレクを担当しています。最近、あんみつを提案しました。

「翌日『昨日のあんみつ、おいしかったわ』と利用者さんから声をかけてもらえました」とにっこり。家族にも楽しかった思い出を共有してもらいたいと、利用者さんの様子を伝えながら写真を渡しています。

「一人ひとりの食事形態や好みは異なりますが、できるだけ同じものを一緒に味わってほしいし、感染対策で一緒に盛り付けられず、もどかしいことはありませんが、『楽しかった』『おいしかった』の言葉が、モチベーションになっていきます」と話します。

家での子息は1歳6か月になる息子とふれあい。成長が楽しみです。

できました。

老健玄関前にて手持ち花火をして、写真をパシャリ。童心に帰ったかのような笑顔で楽しむ方、家族そろっての写真撮影にうれしそうにポーズを決める方、お孫さんに車椅子を押ししてもらいうれしそうな表情の方、利用者さんとご家族各々が思い思いの時間を過ご

し、暑い中でもほっこりとした空気に包まれていました。

手持ち花火の後は、場所を移して花火観賞。数種類の噴き出し花火から始まり、クライマックスのナイアガラ花火への展開に会場からは驚嘆する声がかげられました。普段はベッド上で過ごされている時間が多く利用者さん

「一人ひとりの食事形態や好みは異なりますが、できるだけ同じものを一緒に味わってほしいし、感染対策で一緒に盛り付けられず、もどかしいことはありませんが、『楽しかった』『おいしかった』の言葉が、モチベーションになっていきます」と話します。

家での子息は1歳6か月になる息子とふれあい。成長が楽しみです。

ごいっしょに働きませんか?

尾張健康友会グループはこんな所
現場のつづやきから ㊿

頼もしい先輩介護職員として活躍

菅井ギツジャマチャーさんは日本に介護職歴は6年になりました。当初は、コミュニケーション方法の違いや言葉の理解、漢字の読み書きや意味の理解などで苦労しましたが、今は職員同士で情報共有でき、利用者さんとの信頼関係も築けて楽しんで働いています。これまでの努力の賜物です。現在は頼もしい先輩として活躍して頑張っています。

特養ちあき 大澤 三保

職員募集中

尾張健康友会本部 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