

私のおすすめレシピ

ニラと豆腐のヘルシーつくね



千秋病院 栄養科
管理栄養士
古川裕美子



エネルギー：330kcal
塩分：2.3g 1人分

材料(2人分 12個くらい)

- 鶏ひき肉.....200g
- 木綿豆腐.....150g
- ニラ.....3本ぐらい
- 酒.....大さじ1
- 片栗粉.....大さじ1
- 鶏ガラスープの素.....大さじ1
- 塩こしょう.....少々
- 生姜(チューブでOK).....5g (7cmくらい)
- 砂糖.....ひとつまみ
- ごま油.....大さじ1
- ポン酢.....(お好みで)

作り方

- ①木綿豆腐は水切りしておく。にはら2cmくらいにカットしておく。
 - ②ビニール袋orジッパー付き袋に鶏ひき肉・木綿豆腐・にら、ごま油以外の調味料を入れ、袋ごと手でよくもんで混ぜ合わせる。肉ダネが軟らかすぎるとよい。
 - ③フライパンにごま油をひき、油がまわったら火をとめる。
 - ④肉ダネの入った袋の下の隅をカットしフライパンに肉ダネを絞り出していく。
 - ⑤スプーンを使用し、表面を平らに丸く形を整えていく。
※スプーンに水か油をつけると肉がくっつかず、形を整えやすいです。
 - ⑥フライパンに火をつけ両面に焼き色を付け、中心まで火が通ったら出来上がり。
- ◆お好みでポン酢をつけていただきます。

ポン酢などお好みで

忙しい時の時短料理、ビニール袋に入れて混ぜて焼くだけの簡単レシピです。きのこ類・レンコン・アスパラ・えだまめなどの具材もオススメです。寒い季節には、温かい鍋料理や煮込み料理にも最適です。お子さんと一緒に作るのも楽しいですよ。

敬老会で利用者さんをお祝い



尾張健友福祉会の事業所から



尾張健友福祉会の各事業所で9月、敬老会が開かれました。笑顔が広がった当日の様子をお伝えします。

記念撮影でにっこり

90歳以上の方17名を入居者のみなさんとお祝いしました。花束をお渡しし、記念撮影では、みなさんとても良い笑顔を見せてくれました。ケアハウスちあき



職員もダンスでお祝い

記念品とともに、90歳以上の利用者さんにはお花をプレゼント。敬老会当日は、職員も余興としてダンスで盛り上げました。毎年、感謝の気持ちをお伝えでき、うれしく思います。デイサービスセンター・ちあき

お祝い御膳で楽しい敬老祝賀

特養では入居者のみなさんに、昼食でお祝い御膳を召し上がっていただきました。ボランティアの落語や踊り、職員による二人羽織で、笑顔あふれる敬老会になりました。特養ちあき



輝け!職員

(136)

自宅生活を支えます

千秋病院
訪問看護ステーション・ちあき
看護師 横井 美予さん

回復期リハビリテーション病棟に7年半在籍後、



10月から訪問看護へ。以前にも訪問看護をしていたのでノウハウはあるものの、時代とともにかかわり方や手技が変わり、「どんな相談にもこたえられるように日々勉強しています」と意欲的です。

訪問看護は、自宅で生活する人の体調管理や医療ケア・終末期のケアなどを行ない、家族・医師・ケアマネなどチームで利用者さんの生活を支えます。各家庭のルールや要望は異なるため、人が代わっても同じサービスを提供できるように申し送り表でサービスを共有しています。

「訪問先では、利用者さんの『娘のために100歳まで長生きしたい』とのエネルギーや、家族が利用者さんを思いやって日々介護している様子など、利用者さんを中心に周りの方々の支えたい想いを間近で感じ、やりがいにつながっています」と話します。

こすもす病棟を退院した患者さんにも関わる機会があるとのこと、「再会を楽しみにしています」とほほえみます。

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
現場のつばやきから ④⑥

診療技術部の制服を一新



9月1日より診療技術部の制服が新しくなりました。職種ごとに色を分けました。診療技術部職員一同モチベーションがあがっています!! 心機一転、頑張りますので、みなさんよろしくお祈りします!!

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

花笠音頭を踊りました

みなさんに創作の時間で花笠を自分で作っていただき、それを持って音楽に合わせて踊りました。利用者さんとボランティアさんと一緒に踊って、楽しい時間を過ごしました。藤が丘デイサービスセンター

