

すずらんの杜

もり

広報

suzurannomori

2012 平成24年

春号 VOL.13

〔発行〕

〒869-4202 八代市鏡町内田 537-1

養護老人ホーム すずらんの杜

TEL0965-52-0243 Fax0965-52-5034

E-mail suzurannomori@jewel.ocn.ne.jp

施設長 二見 照美

この広報誌はインターネットでもご覧になれます

<http://www.tenryuukai.jp/>



▲立派な白菜を収穫しご満悦の
増田ユリ子さん(88歳)

安心・安全無農薬野菜♪
初夏の収穫にむけて☆
去年の10月に園芸クラブを発足し、無農薬野菜づくりも一年半が経過します。無農薬であるため、これまで害虫やカラスなどに悩まされたりしましたが、入所者皆さんの協力で、おいしい野菜を収穫することができました。1月には丸々肥えた白菜を収穫することができ、食卓を賑わせてくれました。
次に挑戦しているのは、ナス・オクラ・ズッキーニです。初夏の収穫に向けて入所者の皆さんとプランターに種を蒔きました。ナスは日本人に古くから親しまれ食べられてきた馴染み深い野菜です。利尿作用で身

▼すずらんの杜に咲くソメイヨシノ
4月中旬頃には
桜吹雪が楽しめます♪



すずらんの杜正門入口に、桜の木「ソメイヨシノ」が2本植樹されています。毎年、開花シーズンになると私たちを楽しませてくれ、春の訪れを感じさせてくれます。

桜便り☆ソメイヨシノ満開☆三

体のむくみを取ったり、口内炎に効果があると言われています。オクラは豆野菜に匹敵し、便を柔らかくする効果があるそうです。ズッキーニはあまり馴染みがない野菜ですが、低カロリーでダイエットにはお薦めの野菜です。初夏の収穫が楽しみですね♪!



▲より良い施設運営を目指して
研鑽を深めました♪

城南地区養護部会職員研修会
2月某日、城南地区の養護老人ホーム職員が八代市農事センターに一堂に会し、平成23年度城南地区養護部会職員研修会が開催されました。午前の部では、職種ごとにグループワークを行い、各グループとも有意義な意見交換が行われていました。午後の部では、みゆきの里認知症対策室長川畑智先生に、『入所者・スタッフとのコミュニケーション術』という演題でご講義頂きました。実技を交えながら、とても分かりやすくご講義頂き、参加者の皆さんも聞き入っておられました。川畑先生ありがとうございました。

ふゆこさんの簡単杜レシピ 筍のおろし揚げ

春の味覚を代表する“たけのこ”煮しめや筍ごはん、汁物にしても美味しいですが、かたい根元の部分はすりおろして揚げると、また違った味が楽しめます。ぜひお試しください(^_^)

ふんわり
おいしい



材料（4人分）

たけのこ（ゆで）	320g
無頭エビ	160g(約15尾)
わけぎ	12g(3本程度)
きくらげ	2g
卵	50g(1個)
片栗粉	50g(大さじ6)
濃口しょうゆ	35g(大さじ2)
おろし生姜	8g(1/2かけ)
揚げ油	適量
レモン	15g(1/8個)
パセリ	適量

1. 筍はすりおろし、軽く水気を切っておく。わけぎは小口切り、きくらげは短めの千切りにしておく。エビは殻と背わたを取り細かくたたく。

2. ボウルに1と卵、片栗粉、濃口しょうゆ、おろし生姜を加えてよく混ぜる。※水が多いとはねやすいので、水っぽい場合は片栗粉を少し足す。

3. 揚げ油を170℃に熱し、2をスプーンですくって形づくりながら落とし入れる。色よく揚げて火を通す。器に盛りレモンとパセリを加える。

筍は便秘予防、大腸がん予防に効果的でコレステロールの吸収を抑えてくれます



SCHEDULE 主な行事予定

4 April



3 互助会定例会

3 レクリエーション交流会

5 手芸クラブ

6 健康体操教室

6 娯楽クラブ

10 書道クラブ

11 介護予防教室

11 買物デー

17 生花・お茶クラブ

18 詩吟クラブ

21 映画上映会

25 消防訓練

27 誕生会

5 May

😊 スポーツレク大会

6 June

😊 あじさい見学

ご卒業おめでとうございます☆



熊本県の介護雇用プログラム事業の一環で、平成22年4月からすずらの杜で働きながら、熊本社会福祉専門学校に通学していた沖田邦宏さんが、この度、めでたく介護福祉士の専門課程を終了し、今春から福岡県の老人ホームで働くことになりました。



福岡の施設でも
持ち前の明るさで頑張ってください☆

2年間という短い期間でしたが、3月4日に無事卒業することができました。勉強が足りず、皆さんには手の行き届かない点もたくさんあったと思いますが、すずらの杜で学んだことを活かして福岡で頑張りたいと思います。本当にありがとうございました。

少しづつ暖かくなり過ぎやすい季節になってきましたね。さて、今年も『うるう年』でした。一年は365日ですが、これは太陽が地球の周りを1周するのにかかる時間のことです。しかし、正確には1年で6時間ほど余りが出してしまう、4年では1日余りが出るといふことになります。そこで4年に1度だけ1年を366日として調整しているわけですね。ちなみに、うるう年を漢字で書くと『閏年』と書きます。『閏』の漢字には、『あまり』とか『余分』という意味があるそうです。実を言うと私も最近知ったばかりですが、言葉の語源を紐解くと意外に面白いですね☆。次号は7月1日発行を予定しています♪

田口

編集後記