

# 広報 すずらんの里

2016年 8月号 No. 185

発行者

〒869-5161  
八代市葭牟田町435番地  
特別養護老人ホームすずらんの里  
Tel 0965-39-7511  
Fax 0965-39-7512  
施設長 福田道子

7月29日(月)この日は35°の猛暑日！あー暑いね」と山中恵美(88)さん！うちわ片手に涼んでおられます。



おやつにアイスクリーム！パニラ味に「おいしい」と言われる橋本タマエ(97)さん！

夏到来！

「暑くて汗をかきながら夏バテリ」や「汗ばない」

7月18日(月)に熊本県も梅雨が明け『夏本番』この暑い夏、皆さんがそのように過ごされているか、少しのぞいてみましょう。



7月30日(火)早田民子さんへご家族の方より花束とケーキのサプライズプレゼント！92歳になられました。

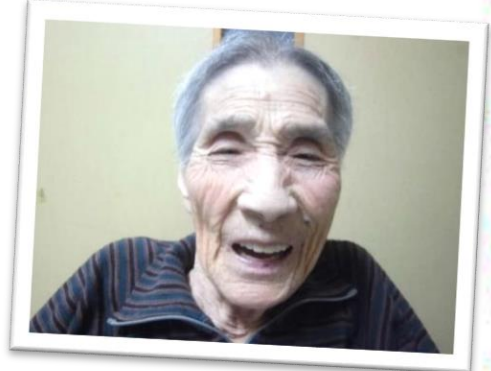
優雅におよぐグッピーを見つめいやさされている宮崎千鶴子(89)さん！  
「大きくなったね！」



7月30日(土)土用の丑の日！中山美子(82)さんと濱田フクエ(89)さんうなぎを食べて元気モリモリ！



## 新入所者様紹介



飯田 ミツヨ様

大正9年 1月30日 96歳

「歌や踊りをする事や見る事がとても大好きで趣味とされています」

～8月の誕生者～

# 祝

中田 サノ様  
(T9.8.25 96歳)

米 ヤスノ様  
(T12.8.18 93歳)

服部 秀子様  
(S 4.8.24 87歳)

原 和子様  
(S5.8.13 86歳)

ありがとうございます

入所されていた橋口ユキ子さんが4月26日永眠されました。ご冥福をお祈り申し上げます

後日、ご家族の方より車椅子を寄贈して下さいました。

誠にありがとうございます。

大切に使用させていただきます。



# 栄養満点

## すずらんの里 ～夏のレシピ紹介～

### ●オクラとひじきの梅肉和え●

今が旬のオクラを使った暑い夏にぴったりのさっぱりした料理です。ぜひ一度、お試しください！

<材料>	<4人分>
オクラ	100g
かに風味かまぼこ	25g
(乾) ひじき	10g
炒め油	適量
だし汁	適量
上白糖	大さじ1弱
薄口醤油	小さじ1弱
※合わせ調味料	
梅肉	10g
薄口醤油	小さじ1弱
上白糖	小さじ1弱
みりん	小さじ2強

- <作り方>
- ①ひじきは水で戻して洗い、水気を切り油で炒め、浸る位のだし汁で煮て柔らかくして調味料を加える。味がしみたら汁気を切り冷ます。
  - ②オクラは少々塩を振り、手でこすって水洗いしうぶ毛を落とし塩ゆでしてスライスする。
  - ③かに風味かまぼこは細く裂き2cm長さに切る。
  - ④①～③を混ぜ、合わせた調味料で和え、冷蔵庫で冷やし、器に盛り付ける。



\*かに風味かまぼこはかまぼこや竹輪でも美味しくできます。

#### オクラは胃や腸にやさしい野菜

特有のぬめりはペクチン（水溶性食物繊維）とムチンなどの多糖類からできています。ペクチンは整腸作用、ムチンは胃炎に効果的で胃の粘膜を守ります。飲酒のときに摂りたい野菜です。胡麻和えや汁物の浮き実など様々な料理に取り入れてみてはいかがでしょうか。

管理栄養士 江上まどか

## 社会福祉法人天龍会の【事業所紹介 PART 5】

### すずらんの里デイサービスセンター

すずらんの里には「通常規模型」と「認知症対応型」の2つの事業所があります。2つの事業所は通称「ふれあいの広場（通常規模型）」、「いこいの広場（認知症対応型）」と呼んでいます。

#### 【通所介護（デイサービス）とは】

日帰りで施設に通い、食事や入浴など日常生活上の介護や機能訓練等を受けることができます。

利用者が可能な限り自宅で自立した生活を送ることができるよう、自宅にこもりきりな利用者の孤立感の解消や心身機能の維持、家族の介護負担軽減などを目的として行っています。



ふれあいの広場（通所介護）

- 営業日 1月1日、2日以外は営業しています。
- 営業時間 9時30分～16時
- 基本サービス
  - 送迎・・・利用者の自宅から施設までの送迎を行います。
  - 食事・・・可能な限り身体状況や希望に応じた食事を提供します。
- 加算サービス
  - ケアプランに沿って入浴、機能訓練、栄養改善、口腔機能向上サービスを行います。
- 夜間延長サービス



いこいの広場（認知症対応型）

認知症対応型通所介護では、19時までサービスを受けることができます。夕食を食べた後、自宅までお送りすることができます。

広報誌における写真や記事は個人情報保護法に基づき本人およびご家族の承諾のうえ掲載しています。