

カツオの漬け丼

今月の行事食



高知県の県魚であるカツオは、日常的に食べられる食材であり、漁師が船上で食べていたまかないだったものが一般に伝わったとされています。生のカツオに粗塩を叩いてなじませ、表面をあぶったりすることによって生臭さが和らぎ香ばしくなります。

カツオはたんぱく質が良好で特に血合には貧血予防となる鉄分やビタミンB群、他にも健康増進・疲労回復が期待できるタウリン、EPA、DHAも豊富に含まれています。御飯にもよく合うカツオのたたきをお召し上がり下さい。

特養くらしき 管理栄養士 副主任 福田 香奈江

11月 行事食予定

郷土料理(高知)

- かつおの漬け丼
- 山菜と揚げの炒め物
- ゆず和え
- 生姜スープ
- 芋ようかん



刺身の日

- 赤飯
- 刺身
- 蕪の錦秋餡
- 長芋と胡瓜の胡麻酢和え
- 赤出汁
- みかん



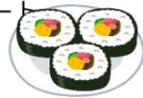
誕生日会

- 吹き寄せ御飯
- 天ぷら盛り合わせ
- 茶碗蒸し
- 白菜のおきな和え
- すまし汁
- 柿

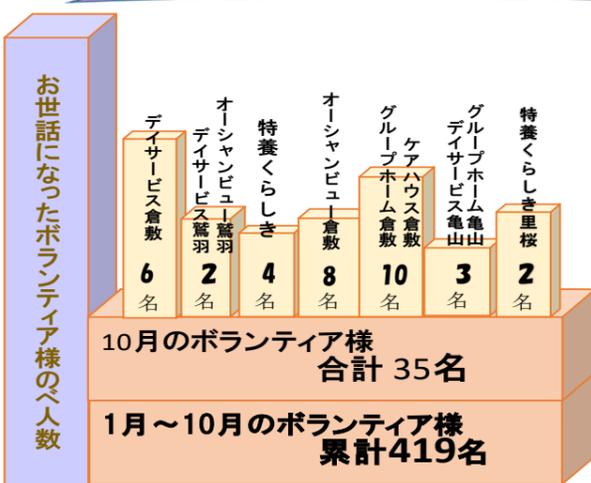


寿司の日

- 握り寿司
- ふるふき大根
- ほうれん草のくるみ和え
- すまし汁
- 柚子デザート



ありがとうございます



ボランティア様

- |          |        |
|----------|--------|
| 犬飼 順子様   | 橘高 繁福様 |
| 倉藤 孝之様   | 琴友夢様   |
| 滝本 洋三様   | 堀川 光男様 |
| 難波 文男様   | 難波 安子様 |
| 前川ファミリー様 | 萬一座様   |
| 三島 一子様   | 水間 正雄様 |
- (50音順)

いつも ありがとうございます

《内訳》

11月 行事予定

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 16日 運動会(デイサービス倉敷)    | 24日 誕生日会(デイサービス倉敷)   |
| 17日 誕生日会(オーシャンビュー倉敷) | 27日 誕生日会(オーシャンビュー鷺羽) |
| 20日 誕生日会(くらしき里桜)     | 28日 誕生日会(ケアハウス倉敷)    |
| 23日 誕生日会(特養くらしき)     | 29日 誕生日会(亀山)         |

亀龍会グループ だより



令和5年  
11月号 No.115

「人と関わる仕事」

特別養護老人ホームくらしき里桜  
課長 今住 小織



晩秋を迎え朝晩の冷え込みが厳しくなり、冬の到来を感じる季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

私は現在、里桜にて生活相談員として利用者様やご家族様の相談援助、ショートステイの入退所の調整を主にさせていただいています。仕事上ご利用者様やご家族様、医療やサービス事業者などたくさんの方々に関わることが多く、人と関わる仕事にとっても魅力を感じることができています。

まず、支援する立場として人を助けることが出来る事。そして人と交わることで交流が広がると同時に、新たな知識を吸収することが出来ます。バタバタと慌ただしく終える日もありますが、デスクワークばかりより適度な動きが欲しい自分にとっては良い刺激だと感じています。

さて、里桜では良い接遇に繋げるための取り組みとして気持ちの良い挨拶をみんなで心がけています。小さな事かもしれませんが、意識することで職員同士のコミュニケーションとなり、安心して頂けるような接遇に繋がると思います。施設を訪れる方々は心配事や不安を抱えて来られることもあります。「相談して良かった」「また里桜を訪れたい」と思っていただけの対応を職員一同心がけています。是非、お気軽に里桜へ来ていただけたらと思います。

《プロフィール》

令和2年9月に入社。介護福祉士・介護福祉士実習指導者研修・介護支援専門員、認知症実践者研修、認知症管理者研修、社会福祉施設長資格認定講習課程などの資格を取得しており、現在は特養くらしき里桜の生活相談員、課長として日々活躍している。

# 特別養護老人ホームくらしき

## 沖縄ハイサイライブショー



てっちゃん

まほちゃん

今月の誕生日会では【前川ファミリー】の前川てっちゃん・まほちゃんに沖縄よりお越しいただきました！久しぶりの前川ファミリーの沖縄ライブショーに全員大盛り上がり♪  
前川てっちゃん・まほちゃん、また来て下さいねー！！



# ケアハウス倉敷

## 沖縄ハイサイコンサート



沖縄ハイサイコンサート  
歓迎前川ファミリー様



美味しい食事にお酒楽しい  
演芸で皆様とても楽しい時間となりました！



知っている曲に思わず体が動いている人も♪

5年ぶりに”前川ファミリー様”に来ていただきました♪  
素敵な歌声・演奏で大盛り上がりとなりました！

## 居酒屋 ケアハウス



毎週金曜日に居酒屋ケアハウス営業中です！  
皆さん楽しくお酒を飲まれています！

## 10月生まれの皆様 お誕生日おめでとうございます！

笑顔溢れる一年でありますように



徳永 千代子様  
(特養くらしき)



佐々木 健次様  
(くらしき里桜)



石井 スミ子様  
(くらしき里桜)



岡 美千代様  
(グループホーム倉敷)



川上 富貴子様  
(グループホーム倉敷)



岡本 真理子様  
(ケアハウス倉敷)



沖田 司郎様  
(ケアハウス倉敷)



竹下 とよ子様  
(ケアハウス倉敷)



中山 潤子様  
(ケアハウス倉敷)



中島 光子様  
(ケアハウス倉敷)



長山 菊枝様  
(ケアハウス倉敷)



石川 花子様  
(グループホーム亀山)



中村 久子様  
(グループホーム亀山)



藤原 登美恵様  
(グループホーム亀山)



藤原 敦子様  
(デイサービス亀山)



久代 光子様  
(オーシャンビュー倉敷)



兼信 亥和男様  
(オーシャンビュー倉敷)



光本 多香子様  
(オーシャンビュー倉敷)



坂上 信二様  
(ショートステイ  
オーシャンビュー倉敷)



中川 八重子様  
(ショートステイ  
オーシャンビュー倉敷)



中島 幸子様  
(ショートステイ  
オーシャンビュー倉敷)



難波 俊介様  
(ショートステイ  
オーシャンビュー倉敷)



吉田 愛子様  
(オーシャンビュー鷺羽)



前田 純子様  
(オーシャンビュー鷺羽)

11月になりました。  
朝晩はすっかり冷え込み、日中も肌寒さを感じる季節ですね

寒さによる冷えは、高齢の利用者様の健康にさまざまな悪影響を及ぼします  
そのため当施設では、室内の温度管理はもちろん、利用者様のお身体の冷えを防ぐために「あたたかいお茶の積極的な提供」「寒さを感じていないかこまめにチェック」「お部屋の湿度を保つ」など寒さ対策を実施しています。日増しに冷え込みが増す季節柄、くれぐれもご自愛ください。