

広報誌

健 寿

平成30年
春号

発行/平成30年4月15日



社会福祉法人健寿会 / 特別養護老人ホーム長生苑 〒299-4104 千葉県茂原市南吉田 4061-1
TEL 0475 (30) 9777 FAX 0475 (34) 8863 ホームページアドレス<http://www.choseien.or.jp/>



今年の桜は、開花宣言からあっという間に満開に。
数日にわたってお花見を実施し、咲き誇る桜、散りゆく桜
とその折々の姿を楽しまれたことと思
います。
春から夏にかけてこれからますます花盛
り。お出かけにはいい季節ですね。
次はどこに行きましょうか？



♪ 目 次 ♪

特集：思い出アルバム
…… (2～3ページ)
旬の食材で一品
地域とともに
行事予定 他
…… (4ページ)

✂️ クラフト ✂️ 🌸🌸🌸

デイサービス



戌の壁画

今年最初のクラフトは干支の戌の壁画です！
毛糸をぐるぐる巻きにして、はさみでカットするだけ！色合いも本物そっくり（笑）玄関先に飾り、みんなを出迎えてくれます！



美味しくてほっぺが落ちそう♡

ケアハウス

ぼた餅作り



お彼岸に合わせてぼた餅を作りました。今回も甘さバッチリ上出来です！

ん〜上手い！

手作りパン

いちご大福パン♡



好評につき 1月と3月に作りました！
中のいちごが甘酸っぱくてトロツとして最高♡



チョコチップメロンパン♡



初めての試み！
クッキー生地を乗せて焼けばメロンパンの出来上がり♡
大好評でした♪



ケアハウス情報！

バリアフリーで大型収納付き、キッチン・トイレ・エアコン完備のワンルーム。60歳以上の方、お一人で生活するのが不安な方が入居利用対象です。



只今、空室あります。
この機会に是非ご見学にお越しください。ご連絡お待ちしております。
【電話】0475-30-9777



1.2.3月 お誕生会

全員の写真は載せきれませんでした。入居者皆様で歌とケーキでお祝いしました。



節分〜豆まき〜



笑う門には福来る。今年も賑やかに豆まきを行いました。

調理シク

卵雑炊、ポテトサラダ、フルーチェ



昼食を調理しました。皆さん手際よく調理され、いつもよりもたくさん召し上がった方も。

〜思い出アルバム〜

特養



鬼は〜外！福は〜内！

パン作り くるくるチョコレートパン



生地からしっかり作り込みました。焼きたてのパンとコーヒーで一服。

お菓子作り マシュマロムース



旬の食材で一品

『皮ごと食べられる空豆の唐揚げ』

【材料】

- 空豆…12～13個
- 片栗粉…小さじ1
- サラダ油…大さじ2
- 塩、粗挽き黒こしょう…少々



- ① 空豆は薄皮に1本切り目を入れ、片栗粉を薄くまぶす。
- ② フライパンに油大さじ2を熱し、空豆を揚げ焼きにする。
- ③ こんがりとした焼き色がついたら油をきり、器に盛る。塩、こしょう各少々ふる。

【ソラマメ】千葉産のそら豆は鹿児島に次ぐ全国生産高第2位です！山武市、南房総市、千葉市で良く採れ、5月中旬から5月下旬が旬です。また、そら豆はサヤが空に向かって実ることから「空豆」と言われます。品物はサヤが濃い緑のものを選び、ポリ袋に入れ野菜室で保存しましょう。



ご協力ありがとうございました

昨年12月から3月末まで、感染症予防のため、特養では面会禁止とさせていただきました。おかげさまで風邪、インフルエンザ、ノロウイルスの流行もなく、冬季を乗り切ることができました。ご利用者、ご家族の皆様にご理解ご協力をいただき実施させていただきましたこと、深く感謝申し上げます。

また、引き続きご来苑時の手洗い・うがいに協力いただきたくお願い申し上げます。職員一同、日々の予防に努めて参ります。



車椅子を購入しました。

これまでのバザー収益で車椅子を3台購入しました。車椅子の機能も日々進化しており、利用される方の状況に合わせて調整出来る様になっています。大切に使用させていただきます。



バザーへのご協力・お買い上げいただきました皆様、誠にありがとうございます。今後ともご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

地域とともに

- 生涯大学校 切り絵クラブ 様
- 生け花 螺良 様

長生苑ではたくさんのボランティアの皆様のご協力をいただいております。ありがとうございます。これからもよろしくお願いいたします。

長生苑の小窓

<http://www.choseien.or.jp/>

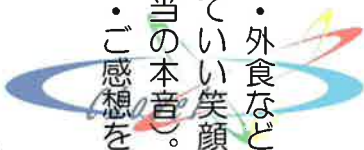
長生苑ホームページをリニューアルしました。
(アドレスの変更はありません)

文字サイズも以前より大きめになり見やすくなっています。広報誌に載せきれない写真をどんどんアップしていきたいと思っております！



編集後記

春到来！ 散歩や外出・外食など楽しみたいですね。そしていい笑顔を頂きたいです（広報担当の本音）。広報誌に関するご意見・ご感想をお待ちしております。



暮らしのヒント

転倒して骨折、骨粗しょう症など、歳を重ねていくと骨ももろくなっています。骨の栄養「カルシウム」を効率よく摂取するには食べ合わせがポイントになります。お酢や梅干し、レモンなどの柑橘類の酸味は胃腸の消化液の分泌を促し、カルシウムの吸収力を高めます。焼き魚+レモン、牛乳+飲むお酢など、吸収力を高める食品との組み合わせを工夫してみてください。

行事予定

5月 端午の節句

7月 七夕

