



あじさいだより

誠 和

2022. 9

Vol. 290



7月7日に七夕会を行いました。入居者の皆様方一年に一度の願い事を短冊に書き、何処に飾ろうか悩みながら飾られていました。

行事食には夏の風物詩である「そうめん」が提供され、七夕を意識した盛り付けで夏を感じることが出来ました。



【グループホーム】夏の星まつり

- おやつには、珈琲ゼリーやパンナコッタにフルーツのトッピング、「いや〜美味しそう」と嬉しそうな表情で笑顔いっぱい召し上がられていました。
- 七夕の歌を歌うと、昔のことを思い出され涙を流される方もいらっしゃいましたが、皆様にご大変喜ばれ、スタッフも楽しいひと時を一緒に過ごすことができ、素敵な七夕会になりました。



旬彩料理

【かぼちゃのそぼろ煮】



・片栗粉を入れた後に混ぜすぎるとかぼちゃが煮崩れをおこしやすくなります。気になる場合、かぼちゃを取り除いた汁に片栗粉を加えることで綺麗に仕上がります。

・肉には身体に必要な動物性のたんぱく質が豊富に含まれています。かぼちゃに肉を入れることで、肉と野菜の旨味の組み合わせで美味しく食べることができます。

■作り方



- ① 鍋に油をひき、合いびき肉を炒めます。
- ② 肉の色が変わってきたら A と適当な大きさに切ったかぼちゃを加えます
- ③ ②が煮立ったら、あくをすくい取り除きます。
- ④ 落とし蓋をして火を弱め約20分間煮ます。
- ⑤ かぼちゃが柔らかくなったら B の水溶き片栗粉を加え、とろみをつけて完成です。

■1人当たりの栄養価

エネルギー 114kcal

たんぱく質3.9g 食塩 0.4g

材料 (5人分)

■具材

かぼちゃ	350g
合いびき肉	75g
油	適量

『調味料A』

☆ 醤油	大さじ1弱
☆ 砂糖	大さじ1強
☆ みりん	大さじ2分の1
☆ だし汁	適量

『調味料B』

☆ 片栗粉	小さじ2分の1
☆ 水	小さじ2分の1

【保育所】夏を満喫しました！



楽しみにしていた水遊びやプール遊びが始まり、「今日何するん？」「今日プールする？」と期待に満ち溢れているキッズあじさいの子どもたち。泥んこあそびや色水遊び、泡や氷などを使った遊びなど、いろんな水遊びを日々楽しんでいます。

● 小さな友達も、お水が大好きな子がいっぱい
● いで、びしょびしょになってもへっちゃら！水
● 遊びの片付けをする時にまだしたいと惜しくな
● っちゃうぐらいです(^^)



「緑になった！」等と色の変化に驚いたり、お友達や先生と一緒にダイナミックに遊んだりしてのびのびと満喫中♪



● プール遊びでは、プールに入るのを嫌がって
● いた子も、今年はお友達と一緒にプールに入っ
● て遊べるようになり、成長を感じることができ
● ました☆

頭の体操

漢字穴埋めクイズ

【問題】□(マス)に漢字1字を入れて、タテ読みでもヨコ読みでも意味の通じる3文字熟語を完成させましょう。

①

	大	事
人		
前		

読みヒント: いちだいじ

②

	能	???
新		地
	気	??

読みヒント: しんてんち

◆寄付・寄贈御礼(7月)◆

松尾 和恵 (敬称略)

ありがとうございました。



※②、①[7月号]

お知らせ

あじさいだよりはホームページからも読むことができます

「社会福祉法人 誠和 特別養護老人ホームあじさいのおか牛窓」ホームページ

<http://ajisai-s.or.jp/wp/>

あじさいだより

検索



QRコード