



昼食を変更してから2カ月以上が過ぎました。前号でも若干紹介させていただきましたが、真空パックされた食材が届き、湯煎(加熱)した上で提供しています。食材(調理済み)は主食1品、副菜3品、それ以外に味噌汁の具(味噌汁は具材のみ届き、味噌汁は自前で用意)が配達されます。95℃以上で指示された時間(主食は概ね25分、副菜は概ね15分)を湯煎(加熱)しなくてはならず、更に湯煎が終了した食材の中心温度も85℃以上に達しているかの確認をしなくてはなりません。その他、お米の用意(炊飯)、配膳、片づけ(食器洗い)など、昨年度までにはなかった業務が増えてしまい、職員も最初は戸惑うことの連続でした。出来る限り利用者みなさんに迷惑がかからないように創意工夫をし、改善できるところは改善してきた結果、現在では準備・片付け共に段取りも良くなりました。しかし、業務が増えてしまった現状については変わりがないため、その分多少なりとも利用者みなさんに迷惑がかかってしまい、申し訳なく思います。

一方で、今回の変更では大きなメリットがありました。最大のメリットとしてはカロリーが200~300kcal程減ったことです。以前の昼食では、カロリーが高すぎることで、揚げ物が多いことなどをご家族の方たちは心配されていました。ご家族との相談の上、量の調整などをさせていただくことで対応してきましたが、根本的な問題の解消には至っておりませんでした。現在の昼食は、ご飯の量を含めておおよそ500~650kcal台になり、ほとんどの方に対して量の調整をする必要がなくなりましたので一安心されているご家族も多いのではないかと思います。

また、もう一つのメリットとしては、加工する際に煮汁を使用できる点です。加工する際、食材に水分を加えてミルサーで回し、食材を細かくした上でまとまりが出るように仕上げていますが、以前はお湯を加えていたために若干味が薄くなっていました。しかし、現在は食材によっては煮汁を使用できるため、味が薄くなることなく食材そのものの味が楽しめるようになりました。

あえてデメリットを挙げるのであれば今までより品数が減ったこと、食感が柔らかい食材が多いことです。しかし、確かに品数は減りましたが、十分に満足できる量となっております。また、基本的には薄味ですが、味付けはしっかりしています。食感が柔らかい点については、湯煎する食材に多いですが、サラダなど湯煎する必要がない食材については食感がしっかりしているものが多いです。

その他、麺類が主食として提供されることもあり、そうめんや冷やし中華の日がありました。また、先日の土用の丑の日のメニューがうなぎちらしであったなど、その季節に合ったメニューが用意されています。提供された昼食を食すだけでなく、季節感も味わいながら利用者みなさんと昼食を楽しみたいと思います。

峰 哲也

～「けやき」ミニ・ギャラリー～



① 外出行事「千葉市動物公園」に行ってきました！！

6/10(水)に睦沢町の公民館バスを借りて、千葉市動物公園に行ってきました。6月の梅雨の時期にも関わらず当日はとっても良いお天気でした。青空の下で皆と食べるお弁当は最高です！！それぞれ選んだお弁当を美味しくいただきました。かわいい動物と触れ合ったり、珍しい動物を見たりと楽しいひと時を過ごしました。



② 外出行事「航空科学博物館」に行ってきました！！

7/17(金)に今度は大型の公民館バスで、航空科学博物館に行ってきました。無料キャンペーン中の九十九里有料道路にも乗ることが出来ました。近くで見る飛行機の大きさにびっくり。朝の雨もあかり外に展示してある小型飛行機も見られました。望遠鏡で飛び立つ飛行機を見たり、音の出るシュミレーターで飛行機の騒音を聞いたり、普段は出来ない体験をしてきました。



③七夕飾りを作りました！！

七夕の飾りつけをしました。
短冊にそれぞれ願い事を書いて
笹の葉に飾りました。
思い思いの願い事が
叶うといいですね…。



④畑で採れた野菜を調理しました！！



今年度から裏の畑で、野菜作りをはじめました。土づくりから始まり、畑を耕して、うねを作り…。野菜の苗を買いに行き、皆で植えました。

苗はスクスクと育ち、立派なお野菜が収穫できました！！ナス、ピーマン、オクラにモロヘイヤなどなど。収穫したナスとピーマンを切って、洗って炒めて調理実習をしました。味付けはシンプルに塩・胡椒で。見事なフライパン捌きも見ることが出来ました。

出来上がった炒め物は、昼食にみんなで美味しく食べました。

今年度、ミニトマトは失敗してしまいましたが、来年度にまた挑戦したいと思います！！



⑤制作活動の様子です！

今回はけやき玉作りの様子をご紹介します。好きな色の毛糸を丸めコロコロ丸める容器に入れて作ります。丸めの名人が、タオルの上でクルクルときれいなまん丸に仕上げてください。職員の杉山の得意分野・織物を、現在、制作活動に取り入れています。利用者さんが取り組めるように工夫をしながらやっています。完成品をお楽しみに！！



8・9月の予定

8月13日(木)～16日(日)

けやき夏季休業期間

8月17日(月)～8月22日(金)

健康チェック週間

8月20日(木)

外出日(ヴィラそとぼう)

9月1日(火)

避難訓練

9月15日(火)

外出日

9月16日(水)～9月18日(金)

健康チェック週間

「けやき」夏季休業のお知らせ

8月13日(木)～8月16日(日)の4日間は、夏季休業とさせていただきます。
ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願い致します。

<編集後記>

木洩れ日：樹木の枝葉の間から差し込む日光との意味。

夏の暑い日差しの中で、皆とお散歩をし、木陰で一休み。麦茶を飲みながら上を見上げると木漏れ日がとても眩しいです。猛暑の中、そんなひと時に、一瞬癒されます。

けやきの前のひまわりがとてもきれいに咲きました。(浅野)

