

# まりあ通信

2020年10月号

## 特別養護老人ホームまりあ

### 【海ユニット】



ユニット内での楽しみとして、塗り絵を行いました!! 皆さんお上手です(^\_^)

### 【空ユニット】

8月19日、森山様の誕生日会を行いました(\*^-^\*)!



オンライン面会にて、利用者、ご家族共に久しぶりのご対面に嬉しそうでした。



### 【郷ユニット】

9月16日にユニットで誕生日会を開催しました! 9月は誕生日を迎えられる方が3名いらっしゃいました! おめでとうございます!



### デイサービスセンター福さんの家

職員によるギター体験を行いました。初めてギターに触れて指を動かして音が響くと、とても喜ばれていました。



敬老のお祝いにて米寿の方と卒寿の方に着物を着ての写真撮影を行いました。

9月19日には敬老会を行い踊りや余興を楽しみました。



### ショートステイまりあ

8/28(金)レクリエーションにて【夏を感じて頂きたい!】という目的のもと、夏祭り風屋台を行いました。利用者様も「おいしい。」と沢山召し上がっておられました♪

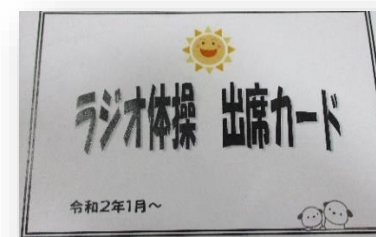


### サービス付き高齢者向け住宅まりあ

サ高住では、金魚2匹とメダカを数匹飼育しています。メダカは、今まで何度も産卵して家族がどんどん増えています。利用者様は、水槽の前を通る時に声を掛け成長を見守ってくださっています。スタッフと一緒に餌をあげたりしています。これからも元気に育ててね!!



## ラジオ体操



月～金曜日は特養のホールで入所者様と総務の職員でラジオ体操を行います。体操後、「ラジオ体操 出席カード」にシールを貼るので皆勤賞になるよう頑張っておられます。職員も入所者様から元気を貰っています。

## 灯籠づくり

9月は灯籠づくりを行いました。普段使い慣れていない絵具を使って塗って頂きました。最初は「難しいねえ。」と言われながらも、塗り始めたら徐々に皆さん集中され、完成した時は笑顔が見られ出来栄に満足された様子でした(^o^)



### 栄養管理室よりレシピ紹介

#### \*かぼちゃと鶏肉の焼きびたし\*

【材料 4人分】  
かぼちゃ 1/4玉 (正味 400g)  
鶏もも肉 500g 塩胡椒少々  
片栗粉適量 油適量  
Aめんつゆ(3倍濃縮)大さじ8  
A酢大さじ3 A砂糖大さじ2  
A水大さじ6  
Aかつお節1パック(4.5g)  
ごまお好みで



【作り方】 食べやすい大きさOKです  
下準備: かぼちゃ→1cmの半月切りにする。  
鶏もも肉→ひと口大に切り、塩胡椒をまぶす。  
Aを混ぜておく。 かぼちゃはレンジで時短も◎  
① フライパンに油を入れ、かぼちゃの両面を焼き、こんがり中まで火が通ったら、Aに浸しておく。  
② 鶏もも肉に片栗粉をまぶし、フライパンに油を足して両面焼く。  
③ 両面こんがり焼け、中まで火が通ったら、①に加えてよく絡めて出来上がり!  
お好みでごまを振ります。

#### 薬膳効果

☆かぼちゃ: 冷えやだるさに、食欲不振に、慢性的疲労や便秘に  
☆鶏肉: 食欲不振、虚弱体質に、疲れやすい人に、美肌  
☆ごま: 体の余分な熱をとる、皮膚の乾燥に、便秘に

### 編集後記

朝晩随分涼しくなり、秋を感じる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。先日の台風10号では被害を受けた地域もありました。今後も台風が発生しやすい時期でもあります。法人でも台風発生時に備え、しっかりと準備し対策に努めてまいります。引き続き新型コロナウイルス対策の方も努めてまいりますので、ご迷惑をおかけしますがご協力のほど宜しくお願い致します。

担当 【若松・福重】

### まりあ通信 10月号

■発行日: 令和2年10月10日  
■都城市志比田町9573番地の1  
■編集/発行: まりあ広報部会  
■電話: 0986-46-2727  
■ホームページURL: <http://www.maria-f.jp/>  
■掲載しております写真等につきましては、個人情報の同意のもと掲載させていただいております。

