

こえばる

平成26年3月

第17号



社会福祉法人 秀峯会
総合ケアセンター こえばる

〒851-1132 長崎市小江原4丁目1番30号

TEL.(095)-814-8225 FAX.(095)-814-8227

ホームページアドレス

<http://syuhoukai.jp/>



施設長挨拶



寒さ厳しい日が続いております。

皆様におかれましては、お健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より当施設の運営等に関しましては多大なるご支援、ご協力を賜り感謝申し上げます。

さて、昨年末より餅つき、正月、節分、ひな祭りと行事が続きます。白と杵を使ってついた餅を次々と丸めるご利用者様方、まさに昔とった杵柄。とても楽しそうでした。

このような場を設けることは、先人たちの知恵を知る場ともなり、次の世代に継承していく場でもあることを再確認しました。

また便利なことが当たり前、全てに事足りる世の中となりましたが、四季おりおりの行事をとおして日本の美しさや万物に感謝することの大切さをあらためて知る良い機会であると感じています。

四季を通し、お一人おひとりの日々の生活が穏やかでゆったりとした時間の流れの中過ごせるように、これからもご支援していきたいと思えます。

インフルエンザやノロウイルスの流行にもまだまだ注意が必要です。皆様どうぞお風邪などひきませんようご自愛くださいませ。

施設長 神之浦 真理



春の旬の食材について

☆さわらの黒酢あんかけ(2人分)

- ・さわら切身 2切れ
- ・水 60g
- ・濃口 大さじ2 (30g)
- ・酒 小さじ1 (5g)
- ・おろし生姜 小さじ1 (3g)

<黒酢あん>

- ・黒酢 大さじ1 (15g)
- ・酒 大さじ1 (15g)
- ・濃口 小さじ2 (10g)
- ・おろし生姜 小さじ1 (3g)
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・片栗粉 適量

<付け合せ>

- ・新玉ねぎ 60g

①さわらは、醤油・酒・おろし生姜を混ぜたものに10分漬け込み、水気をきっておく。

②グリルにさわらを入れ、7～8分中火で焼く。

③黒酢あんを作る。

④付け合わせの新玉ねぎとみょうがは薄くスライスして水にさらし、ザルにあげておく。

⑤皿に付け合わせを盛り、焼いたさわらをのせ黒酢あんをかけたら出来上がり。

さわらは漢字で「鰯」と書くことからわかるように、春が旬の魚です。他にもシラスや鯛、イカや貝類、わかめなども一般的に春が旬です。

野菜では新たまねぎや新ごぼう、ブロッコリーやにらなどがあります。あまり知られてはいませんが、有精卵やはちみつも春が旬です。

旬の時期は、他の時期に比べて栄養価が高くなっていたり、うまみが増していることもあります。体にもいいこと尽くしなので、ぜひ旬の時期には旬のものを食べてみてください。

クリスマス会



聖マリア学園の園児の皆様。
素敵なお遊戯をありがとうございます。



12月10日、クリスマス会を行いました。
園児の皆様と、とても楽しい時間を過ごしました。



クリスマスバイキング

職員によるバンド演奏



クリスマスソング
一生懸命練習
しました。



12月22日
クリスマスバイキング
を行いました。

サンタさんと
一緒に写真撮影☆



美味しそうな料理
がいっぱいね〜♪



餅つき

12月末
1階のフロアで
餅つきをしました。



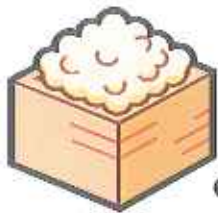
餅を丸めてます



ぜんざい
おいしかったよ

お餅はまだやろか？
待ち遠しいよ〜！





2月2日に行われました!

節分会

豆まきの準備体操もばっちり!



鬼が来たぞ~



鬼は~外~

鬼退治だ



福は~内~



それ~い

年の数だけ豆を食べよう!



鬼が来た~



おひとりおひとりには白福豆をプレゼントさせていただきました。



記念撮影



2階ユニット

小浜(足湯)に行ってきました!



ちゃんぽん
にぎり寿司

11月



気持ちよかね...



クリスマス会

クリスマス会
inこえばる



はいポーズ!



12月



おいしいよ~!



笑う門には福来たる!!

節分会2014

今年1年間、無病息災を祈願して
全ユニットで豆まき会を行いました。
どんな鬼を退治しましたか?



鬼さんもひと休み...

2月



鬼は外!

福は外!

3階ユニット

10月

12月



乾杯ー!



こえばる開所9周年
感謝を込めてささやかな
食事会を開きました!



忘年会



アツアツお鍋



美味しい〜

1月

福笑い



どこかな〜??



完

成

ランタンフェスティバル外出

2月



節分



鬼は一外〜!
福は一内〜!



きれいだね〜



4階ユニット

初詣

今年も元気で
過ごせますよう
に...



1月5日、護国神社に初詣に行きました。



おくんち外出



10月8日、おくんちを
見学しました。



りんご飴
おいしかったよ



元旦



今年のお正月は
梅酒を頂きました。



酔うた~



足湯外出

温泉たまごも
食べたよ



11月8日、小浜まで
足湯に浸かりに行きました。



デイサービスセンターこえばる

今年も下半期にはたくさんの行事で盛り上がりました。♪あんなこと、こんなこと～楽しかった秋・冬編紹介します。

クリスマス会 12月

10月 こえばる大運動会



昼食は… にぎり寿司・銅料理 ローストビーフなど 一週間豪華メニューでした。

11月 外食ドライブin満寿美



1月 初詣ドライブ

今年も無病息災、家内安全を祈って 護国神社へ初詣に行きました。



2月 ~節分~



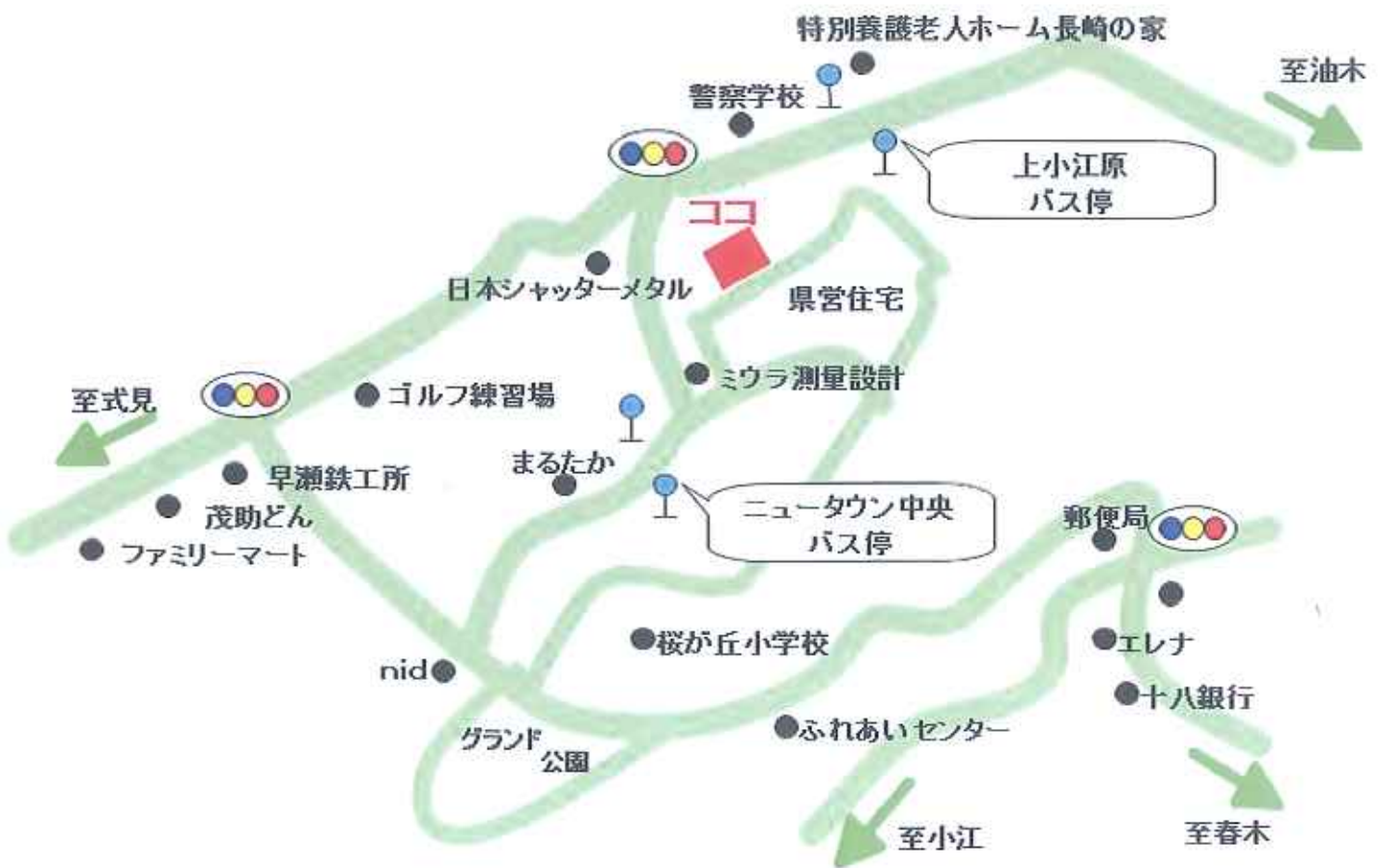


KOEBARU

交通アクセス

○長崎バス「相川」行き→上小江原下車、徒歩6分

○長崎バス「小江原ニュータウン」行き→小江原ニュータウン中央バス停下車、徒歩3分



ホームページブログ更新中!!

ただいま、こえばる広報委員において毎月積極的にブログ更新中です。ぜひ！ご覧下さいませ。

特養こえばる

検索

ホームページアドレス <http://syuhoukai.jp/>

クリック

進物お断り致します
職員に対する謝礼
又はご贈答品は
ご遠慮願いますよ
うお願い申し上げます