

# むさしの

早春号(3)

## 栄養課の一日を紹介

みなさんこんにちは。昨年4月から厨房が委託から直営となり、栄養課では利用者の方々に満足のいく食事を提供できるよう一丸となって頑張っています。また餅つき大会やクリスマス・新年会など、行事食にも力を入れています。

ここの厨房の特徴として真空調理法という新調理システムを導入し、ほとんどお鍋を使わずに料理を袋で作っています。保存がきき作り置きが出来る為仕込みを3日前に行うのが特徴です。今日はそんな栄養課の1日をご紹介します。

### 1.【検品】

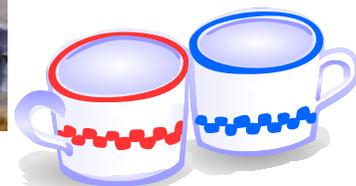


お昼ごろまでに約6~7つの業者が納品にきます。各業者とも品質管理の為温度・鮮度・賞味期限を確認し検品簿に記録します。

### 2.【仕込み】



納品した食材を仕込み室で常食・刻み食に合わせて切り、下処理を行います。



### 3.【調理】

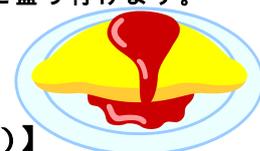


下処理をした食材を袋に入れ、調味料を加えたら真空機にかけます。ほとんど鍋は使いません。後は袋ごと一定温度で加熱するだけです。

### 4.【盛り付け】



治療食の方は個別盛とします。3日前に調理した料理を当日温め直してユニットごとに盛り付けます。



### 5.【配膳】

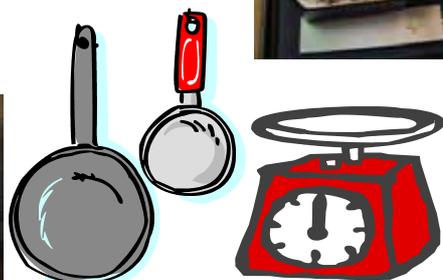


ユニットに配膳し2F3F各1人ずつ介護職員と一緒に盛り付けます。

### 6.【行事食(左)・誕生会(右)】



お正月の行事食や誕生会のケーキも作っています!



個性あふれる栄養課の面々  
栄養課長：山中由紀子(前列中央)

昼食は毎日、選択食を実施しています。  
失敗もあるかもしれませんが皆様のご要望にお答えできるよう、これからは笑顔いっぱいがんばりますのでよろしくお願いたします。

# 行事紹介

## クリスマス 買い物行事



「プレゼントを頂きました

嬉しい〜」



劇を見る前の運動、1・2・3!



メリー・クリスマス



白雪姫と王子様・・・何か変?



お后様〜! いじめないで・・・



「私お菓子が好きなの!」(右の職員)

「・・・」(秋元氏)



「今選んでまーす!!」



「お店って色々商品があって、

私、困っちゃう〜」



このコーナーは甘い商品が沢山!  
そこに目についたのは中山さん。

(手前左側の男性です)



この日はとても天気が良く皆さん  
終始笑顔でした(^.^)

11月より利用者の気分転換を  
かねて買い物行事を行っております。  
皆様おもいおもいの買い物をされ  
ドライブでいつもなら見られない  
風景を堪能したりと、とても好評  
です。

## 職員紹介



管理課・木ノ戸 ケサノ

掃除していると「御苦勞様、いつもありがとうございます」と声を掛けてくれます。皆さんが気持ち良く生活できるように一生懸命頑張りたいと思います。

趣味：山野草 山登り



デイサービス・高野 佐多代

日増しに仕事の奥深さを知り、毎日が勉強です。趣味は体を動かす事が好きなので社交ダンスのサークルに入ってます。

趣味：ダンス



生活課・樋口 純一

この仕事に就いてはや2年、段々と仕事ができるようになってきました。これからも明るく頑張ります。

趣味：カラオケ

## 豆知識

年をとると体の様々な機能が低くなり、寝返りをうつことや歩くことなど日常生活の中で当然のように行ってきた動作が思いもかけない場面でうまくいなくなってしまうことがあります。中でも転んでしまった際に足の付け根や手首、そして腰などの骨を折ってしまうことが多々見受けられます。この為、昨今の介護の考え方の中に「介護予防」「転倒予防」と言ったことが盛り込まれるようになり、簡単なトレーニングで転倒の原因となる筋力低下などを解消することが可能となる手技、手法が取り入れられています。これは、単に足の筋力を高めるのではなく人の働きには全身の筋力が必要でそれらをよく鍛えるといった手技、手法です。皆様も転倒する前に（若いうちに）導入されてみてはいかがでしょうか？

お誕生日おめでとうございます

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
大野 保	昭和 7年11月 5日	72歳	三志奈 キワ	大正 5年11月23日	88歳
山本 はる子	大正 4年11月 9日	89歳	斎藤 いね	大正10年11月24日	83歳
阿部 きく	大正 3年11月10日	90歳	相田 文江	明治41年11月25日	96歳
斉藤 佐渡雄	大正10年11月10日	83歳	矢作 キミ	大正 8年11月25日	85歳
市川 悦三	昭和10年11月14日	69歳	神田 キン	大正 5年11月29日	88歳
加藤 きみ	大正 1年11月20日	92歳	石井 ヒデ子	大正 6年12月 1日	87歳
塩澤 好一	大正 7年11月20日	86歳	岸野 静子	大正 9年12月 1日	84歳
荒木 キイ子	昭和 4年11月20日	75歳	小野 ヨシ	大正 6年12月 8日	87歳

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
清水 トリ	大正 8年12月18日	85歳	関根 鈴江	大正13年 1月28日	81歳
岡田 重和	大正 7年12月19日	86歳	高橋 てる	大正 7年 1月29日	87歳
中原 辰巳	大正 6年12月20日	87歳	柳田 ふじ	明治43年 1月30日	95歳
鈴木 シズカ	昭和 4年12月27日	75歳	関根 作次郎	大正11年 2月 1日	83歳
山本 スズ	大正 1年12年29日	92歳	寺沢 福次	大正13年 2月 1日	81歳
原 水子	大正 9年 1月 1日	85歳	下田 八ナエ	大正14年 2月 1日	80歳
竹中 由江	昭和 9年 1月 1日	71歳	吉川 多重	明治44年 2月 2日	94歳
有賀 つる子	大正 7年 1月 2日	87歳	鈴木 正蔵	大正 2年 2月 7日	92歳
小山 モト	大正 2年 1月 3日	92歳	植村 ハル	大正 2年 2月 9日	92歳
海老原 進	大正 6年 1月 3日	88歳	吉池 仁一	大正 7年 2月11日	87歳
木村 正	昭和 5年 1月 4日	75歳	井上 清香	昭和12年 2月15日	68歳
富田 英子	昭和 8年 1月 5日	72歳	金子 まさ美	昭和 3年 2月18日	77歳
安野 ハル子	大正10年 1月 9日	84歳	吉田 ミエ	大正 3年 2月20日	91歳
島山 元子	昭和 7年 1月 9日	73歳	太田 ふくゑ	大正11年 2月20日	83歳
渋谷 幹子	明治45年 1月11日	93歳	浅見 あぐ	大正 5年 2月21日	89歳
萩野 フミ	大正11年 1月11日	83歳	鈴木 ツタ	大正 8年 2月21日	86歳
関根 太郎	大正12年 1月13日	82歳	森井 美和	昭和 2年 2月24日	78歳
畑中 知恵子	昭和12年 1月14日	68歳	高橋 正尚	大正13年 2月25日	81歳
鈴木 恭子	昭和 9年 1月23日	71歳	佐野 隆昭	大正 6年 2月26日	88歳
近藤 正之助	大正 2年 1月24日	92歳	柳田 正之助	大正 5年 2月28日	89歳
山形 多ね子	明治45年 1月25日	93歳	木原 恵美子	昭和 3年 2月28日	77歳
新井 里ふ	大正 5年 1月27日	89歳	岸澤 ヤス子	昭和 4年 2月28日	76歳
保谷野きくじ	大正 6年 1月27日	88歳			

#### 発行人

社会福祉法人ふじみ野福祉会

- ・特別養護老人ホーム
- ・デイサービスセンター
- ・ヘルパーステーション
- ・支援センター

施設長 池田 英雄

#### 編集後記

三月の声がすぐそこに聞こえますが、まだ寒さが続きます。この寒さをあと少しのりきれば待ちに待った春が顔を出します。

利用者の方の健康管理はもとより、我々も体調管理に気を付けて春を迎えたいと思います。

## お知らせ

次回は4月末発行予定です  
お楽しみに!!

〒354-0003

埼玉県富士見市南畑新田16-1

049-255-6102 FAX049-255-660

発行日 2月28日

訃報・当施設をご利用頂いた、故・高橋いく様が12月21日、故・三志奈キワ様が1月4日、  
故・宮澤キノノ様が1月20日、故・細谷チウ様が1月23日に永眠されました。心よりご冥福を申し上げます。