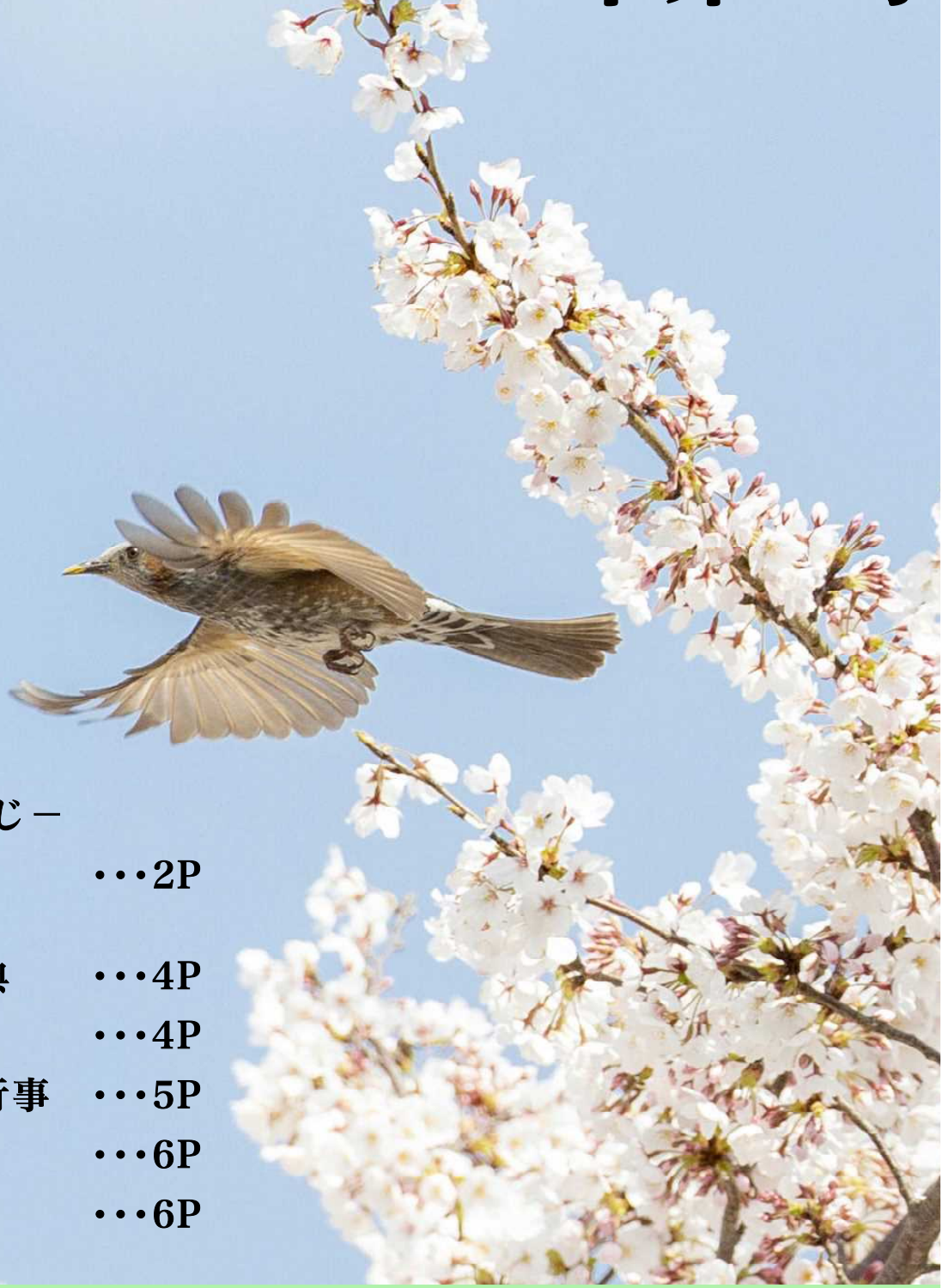
広報みのだ苑

【発　行】　社会福祉法人　三美厚生団

春

2019年第2号



－もくじ－

お花見写真集　・・・2P

前川マツ子様
祝百歳記念式典　・・・4P

節分の思い出　・・・4P

デイサービス行事　・・・5P

簡単レシピ　・・・6P

編集後記　・・・6P

お花見写真

今年の桜は開花が早く、気候のおかげか
比較的遅くまで咲いていました。
撮影は3月29日と4月3日の2回に分けて
行いました。
天気が良くても空気は肌寒く、
みんな厚着での撮影となりました。

写真は約1年間、みのだ苑各階の介護室の
近くに掲示させて頂いています。
みのだ苑にお越しの際は是非ご覧下さい。

前川マツ子様 祝百歳記念式典 (2/2)

入所者の前川マツ子様が百歳の誕生日を迎えられ、
みのだ苑1Fにてお祝いさせて頂きました。

沢山の家族や来賓の方々が見守る中、前川様はきれいな着物姿で登場されました。
大勢の家族に見守られて、祝状や花束の贈呈を終始笑顔で受けられて、和やかな雰囲気で式典は無事終了しました。
最後に家族全員で記念写真を撮り、思い出に残る1日となりました。

節分(2/3)

2月3日、節分を行いました。
鬼の衣装を来た職員めがけて豆まきをしました。

鬼は棍棒を振り上げて威嚇し、
それにめがけて豆を投げます。

1人が豆を投げつけます。
それが開始の合図になりました。

みんなでホールに集まり投げる豆を受け取ります。
こっそりつまみ食いしている人もいました。
出番を待つ鬼役がチラチラと利用者の様子を覗き見し、
それに気づいた方がいましたが、ただ優しく微笑んでました。

始めぎこちなかった鬼役も、次第に大きく立ち回り
利用者はもちろん、鬼役自身も楽しんでいるようでした。

終わった後はみんなすっきりした顔を
していました。

みんな手加減なしに豆を投げています。
豆の勢いが違います。

最後は鬼と一緒に記念撮影、一年の無病息災を願いました。

デイサービス行事

デイサービスでは定期的に遠足に出かけます。
この季節、行く先々で桜を堪能されました。

～健康レシピ～ 簡単野菜料理（たまねぎ）

たまねぎの栄養効果

たまねぎには、血液サラサラにする成分が含まれています。高血圧、動脈硬化などに効果的で、また、血糖値の上昇を抑える働きもあります。そして、抗酸化作用があるポリフェノールも含まれ老化防止や風邪の予防、がんの予防に期待できます。

鮭のたっぷりたまねぎマリネかけ

①. たまねぎは縦に薄切りにし、5分ほど水にさらす。ザルに上げ水気をきりペーパータオルで水けを拭く。

②. （A）の調味料をボールに入れて混ぜ合わせ、①を加えて10分ほどおいておく。

③. 鮭は一切れを3つに切る。塩、粗挽きこしょうをふり、小麦粉を薄くまぶす。

④. フライパンにサラダ油を深さ1㎝程度入れて中火で熱し、鮭を並べて両面をこんがりとなるまで揚げ焼きにする。

⑤. 鮭の油をきって器に盛り、②のたまねぎをのせ、汁もまわしかけ、葱をちらす。

材料（4人分）

生鮭切り身……4切
たまねぎ　……2個
ネギ　　……20ｇ

小麦粉　　……適宜
塩　　……適宜
粗びき黒こしょう
　　……適宜
サラダ油　……適宜

（A）
醤油　　大さじ3
砂糖　　大さじ1
オリーブオイル
　　大さじ2
酢　　大さじ3

社会福祉法人 三美厚生団

特別養護老人ホーム みのだ苑	TEL (0883)78-3011 FAX (0883)78-4401 WEB http://minodaen.com	三好市井川町片山222番地
みのだデイサービスセンター	TEL (0883)78-4000 FAX (0883)78-4402	三好市井川町大佐古20番地1
みのだ在宅介護支援センター	TEL (0883)78-2266 FAX (0883)78-4403	三好市井川町片山222番地

編集後記

みのだ苑の周囲には桜の木が立ち並んでおり、今回はその桜の景色を中心とした編集をさせて頂きました。

つい先日、新天皇陛下が御即位され、世の中の話題の多くを占めていますが、『平成』の心地よい安心感を引き継ぎ『令和』の新しい風を受け入れ、皆様にさらに愛されるみのだ苑になるよう、より一層励みたいと思っております。

広報委員一同

アクセスマップ