

ひこばえだより

発行 医療法人社団やまを会

老人保健施設ひこばえ

<http://hikobae.main.jp>

〒731-3501

広島県山県郡安芸太田町大字加計 683-1

Tel (0826)25-0123

Fax (0826)25-0124

デイケアおやつ会

6月21日デイケア利用者様のおやつ会が行われました。
下記にレシピがありますのでご覧ください。



男性の方も調理に積極的に参加されました。
「自分が作ったんじゃけ美味かったよ」とおっしゃられました。



父の日御膳



6月18日の昼食は父の日御膳でした。
ボリューム満点のうな井を召し上がっていただきました。


うな井
お品書き
つみれの
玉子あんかけ
シジミの味噌汁
奈良漬
スイカ



うまいで〜！！
と喜んでいただきました。
うな井でスタミナをつけて
暑い夏を乗り切ってくださいね。



<フレンチトースト>
材料(4人分)
食パン 2枚
牛乳 150ml
砂糖 30g
卵 2個
バター 8~10g

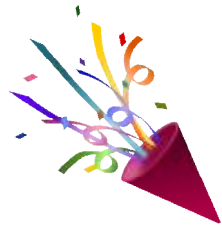
- ① 食パンを四つ切り  にしておく
- ② 牛乳・砂糖・卵を混ぜ合わせ、バットに移しておく
- ③ 食パンを②に片面ずつ、しっかり浸します
- ④ 弱火のフライパンにバターを溶かし浸した食パンを片面1~2分ずつ焼き焼き色がつけば、できあがり



7月の行事予定



2日 誕生日会
河野トナミ様(24日)
齋藤瑠璃子様(27日)
7日 七夕御膳
25日 土用の丑御膳



デイケア作業予定

第1週～第4週
刺し子・花ふきん・塗り絵
カレンダー・プリント



「ひこばえだより」にてお取り扱います個人情報について当施設の「個人情報保護規定」により、掲載の中止等、変更はいつでもお申し出頂きますので、お気軽に窓口までお知らせください。

編集後記

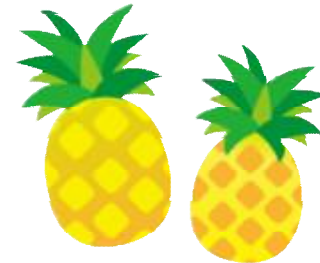
みなさん、こんにちは。本格的な梅雨に入り、体調を崩された方も多いと思います。屋外でも室内に居ても熱中症になります。風通しの良い日陰で水分補給をしながら過ごしましょう。私は毎朝涼しい内に育てているキウリ・トマト・ピーマンに水をやり、様子を観ています。いつも足元は虫に刺されませんが、成長と収穫が楽しみです。



今回のおやつ会では、フレンチトーストを作りました。フレンチトーストを初めて食べる方が多かったようですが、作業は比較的簡単・短時間で作ることができたので男性の皆様も率先して参加され、「楽しかった」「おいしかった。家でも作りたい」と大好評でした。

フレンチトーストはやわらかくて食べやすいので、ご自宅でも是非、実践してもらいたいです。

管理栄養士 田島冴香



熱中症の予防を！
暑さを避けることが大切！

◎汗をかく前に水分補給を



◎直射日光や高温下に長時間いない



◎暑い環境に乳幼児を放置しない



◎屋外では帽子をかぶる

