

ひこばえ秋祭り弁当

管理栄養士 石井愛子

10月20日(日)ひこばえ祭りが開催されました。この日の昼食に、お弁当を提供しました。

御品書き

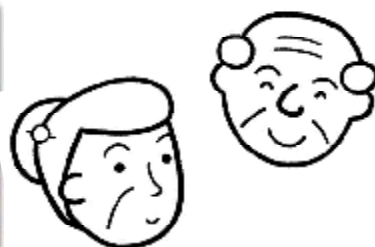
栗ご飯 ちらし寿司 むかごご飯
 肉じゃがコロッケ 八幡巻き 出し巻き玉子 焼きナス 煮豆
 きゅうりとらっきよの酢の物 煮物(里芋、人参、かぼちゃ)
 てんぷら(なす、さつま芋)
 カレイの味噌付け焼き ブロッコリー みかん
 カニカマと麩のお吸い物

入所者様に弁当の感想を聞く中で、特に好評だったのは“むかごご飯”でした。むかごは昔から馴染みがあるとのことで、「懐かしいね。」「昔はよくとって食べとったよ。」「煮ても美味しいんよ。」と、色々な話を聞くことができました。

むかごの豆知識♪

むかごは、春から夏に伸びた山芋のつるに秋ごろ付き始める山芋の実で、山芋の栄養がギュッと詰まっています。

栄養たっぷりで滋養強壮効果が高いことで知られています。消化酵素がふんだんに含まれているので、胃にも優しく、食物繊維が豊富な上、カリウムも多く含まれています。



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



ひこばえ秋祭り



10月20日(日)ひこばえ祭りが行われました。利用者様の作品の展示を見ていただき、ご家族といっしょにお弁当、そのあとはお楽しみ会です。「恵比寿屋と友の会」様による三味線・踊り、ご家族参加のカラオケ大会と盛りだくさんで、楽しんでいただきました。



11月の行事予定

11月3日(日) 誕生日会



- 久保 ヒサエさん (3日)
- 兒玉 八郎さん (3日)
- 保田 アキミさん (5日)
- 河野 榮二さん (8日)
- 川本 貞士さん (14日)
- 百々 美穂さん (19日)
- 佐々木 洋子さん (21日)
- 森尾 武子さん (28日)
- 國本 貞子さん (30日)

11月6日(水) つぼみ会様来訪

11月26日(火) 焼き芋会

デイケア作業予定

第1週～第4週
絵馬・刺し子



「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。十一月に入って、山々の紅葉が、すでに濃く美しくなってきました。ひこばえの庭でも桜や紅葉の葉が真っ赤に染まり風にゆれていきます。小春日和の日には外ですぐすのも良いですね。暖かくして、風邪など引かぬよう健やかに過ごしたいなれますよう、願っております。

デイケアミニグランドゴルフ大会

10月14日(月)～17日(木) デイケアミニグランドゴルフ大会が行われました。もう少しでホールインワンという惜しいショットも飛び出して、歓声の渦に包まれ、明るい笑い声が館内に響く楽しい大会でした。



10月誕生日会

10月6日(日) 誕生日会が行われました。10月は7名の方が誕生日を迎えられました。おめでとうございます。

