

あおば 5月

令和3年
5月号
介護老人保健施設
デンマークイン若葉台
発行責任者
広報委員会



『はじめまして よろしくお願ひします』

中村 洋

昨年 11 月よりデンマークイン若葉台の支援相談員として入職しました中村洋です。改めまして宜しくお願ひ致します。

デンマークイン若葉台に入職してもうすぐ半年になり、皆様方に業務を始め色々教えていただき、ようやく少しずつ仕事を覚えてきている状況です。相談員業務自体まだ丸 3 年で、老健の支援相談員としての経験もようやく丸 2 年と言う未熟者ですが、皆様のご指導により、失敗をする事もあります、少しずつ仕事を覚えてきています。

相談室では、長年相談室を引っ張ってきて下さった鈴木主任が、3 月で定年退職され、木田相談員、佐藤相談員、私の 3 人体制での新しいスタートとなりました。鈴木主任のご退職は大きな痛手ではありますが、鈴木主任を中心として築き上げられてきたものをできるだけ受け継いでいければと思っています。

まだ新型コロナウイルスも収束していない状況下で、4 月には介護報酬改定があります。算定要件の変更や追加、また新データベースの導入等、大きな変化・変革が迫られ、部署等関係なく私達一人一人の業務への影響も多大で、日々の業務に追加して対応が必須の状況です。同部署間ではもちろんの事、他部署間同士の連携も一層重要になり、力を合わせて未知の状況や困難さを一緒に乗り越えていければと思います。

またデンマークイン若葉台の一員として、ご利用者様、ご家族様、他機関ともより一層連携しつつ、少しでも地域に根差した貢献ができればと思っています。



菖蒲湯の予定

3日(月) テイクア・5F
4日(火) テイクア・3F・4F
5日(水) テイクア・6F





レシピ集

11 やわらか餅と
つくねのお雑煮



【1食分】
エネルギー167kcal たんぱく質 17.3g

▶材料 (4食分)

- ・お餅 白玉粉 ……100g
絹ごし豆腐 ……200g
- ・つくね 鶏ひき肉 ……100g
大和芋すりおろし ……100g
片栗粉 ……大さじ 1
白だし ……大さじ 1/2
ゆず ……小さじ 1/2
こしょう ……小さじ 1/2
- ・野菜 大根・人参・ほうれん草 ……適量
スベラカーゼミート ……10g
- ・お吸い物の素 ……4袋

▶作り方

- 野菜を適当な大きさに切って、下茹でする。1ℓのお湯にスベラカーゼミート 10g を入れて、茹でるとやわらかくなる。
- 白玉粉と絹ごし豆腐を混ぜて、やわらか餅を作り、スプーンで取って、一口サイズに丸めて、茹でる。

- つくね用の材料を全部混ぜてこね、一口サイズに丸めて茹でる。
- 汁椀に①②③を入れ、熱湯で溶いた吸い物の素を注ぐ。

【1食分】
エネルギー162kcal たんぱく質 4.9g

▶作り方

鍋を使用の場合

- 牛乳、片栗粉、砂糖を鍋に入れて混ぜ合わせ、火にかける。焦げないように注意し、まとまってきたら、でき上がり。
- 器に①を入れて、抹茶と黒豆を飾り付ける。

★黒豆は、食べやすいように潰しておく。

電子レンジを使用の場合

- 耐熱器に牛乳、片栗粉、砂糖を入れて、ダマができないようによく混ぜる。
- 600w で 1 分間加熱し、手早くかき混ぜる。

12 和風ミルク餅



▶材料 (4食分)

- ・牛乳 ……400 ml
- ・片栗粉 ……大さじ 4
- ・砂糖 ……大さじ 4
- ・飾り用抹茶 ……少々
- ・黒豆 (袋入りの煮豆) ……少々

13 やわらか鶏の松風焼き

▶材料 (4食分)

- ・鶏ひき肉 ……200g
- ・卵 ……1個
- ・木綿豆腐 ……200g
- ・しょう油 ……大さじ 1
- ・味噌 ……大さじ 1
- ・パン粉 ……1/2 カップ
- ・砂糖 ……小さじ 1
- ・練りごま ……大さじ 2



▶作り方

- 全部の材料をボウルに入れて混ぜ合わせ、適当な厚みに伸ばし、整形する。
- オーブンを使用の場合
耐熱器に入れて、200℃に温めておいたオーブンで 30 分間焼く。

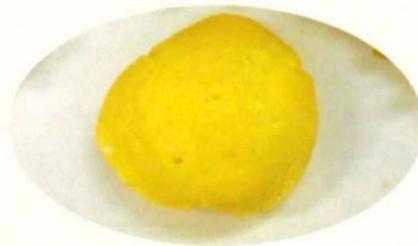
【1食分】

エネルギー226kcal たんぱく質 17.7g

▶電子レンジを使用の場合

ラップに包むか、または、耐熱器に入れて軽くラップをし、600w で 5 分間加熱する。

14 簡単ふんわり
カニオムレツ



【1食分】

エネルギー115kcal たんぱく質 6.2g

▶材料 (2食分)

- ・卵 ……1個
 - ・はんぺん ……1/2 枚
 - ・カニカマ ……適量
 - ・MCT オイル* ……10g
- * サラダ油・オリーブオイルでも可

MCT オイル (中鎖脂肪酸オイル)
消化吸収が速く、エネルギーになりやすい。

▶作り方

- ポリ袋にはんぺんを入れて手でもむ。
- はんぺんが細かく潰れたら、MCT オイルと卵を入れてよく混ぜ、カニカマを入れる。
- コップ等にラップを張り、②を入れ、茶巾のようにラップで絞り、輪ゴムでとめる。
- 沸騰したお湯 (弱火) に入れ 10 分間茹でる。

デイケア作品

