

# あおば 4月

令和4年  
4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



職員のユニフォームを一新しました！



事務長 齋藤 哲生

当施設は、1990年に開設し今年度で33年目となります。新年度を迎えるにあたり、職員のユニフォームを一新しました。

今までは、看護師、介護士、リハビリ職と職種ごとにユニフォームが異なっていたのですが、職種に関係なく同じデザインのユニフォームにしました。デンマークイン若葉台の職員として、協働して利用者様のケアに当たってほしく、職種間の垣根を越えてほしいというメッセージを込めております。

また、併設する稲城台病院とも同じデザインのユニフォームにしており、病院と老健が一体で医療・介護を提供するチームとして取り組んでいきたいと考えております。

そして今年度は、さらに新たな取り組みとして外国人技能実習生の受け入れや介護ロボットの導入検討などを行っていく予定でおります。時代と共に進化するデンマークイン若葉台をご覧ください。

新年度、心機一転で気を引き締めて参りますので、どうぞよろしく願いいたします。



## <今年度の予定>

### 入浴・集団フロア体操・訪問美容

	入浴 ① 9:30~ ② 13:30~	集団フロア 体操 11:00~	訪問美容 (1回/月)
3F	火・金	月・木	第3水
4F	火・金	月・木	第4木
5F	月・木	火・金	第3水
6F	水・土	火・金	第4木
デイ	月~金		

月曜に常設の美容室「悠悠」もご利用できます。

### 年間予定

	季節行事
5月	菖蒲湯
7月	七夕 夏祭り
9月	敬老会
11月	稲城市文化祭参加
12月	クリスマス会 柚子湯
令和5年1月	新年会
2月	節分
3月	ひな祭り

### 趣味活動

絵手紙	第2・4 火	10:00~
手芸	第1・3 水	10:00~
陶芸	第2・4 木	10:00~
絵画教室(ぬり絵)	第1・3 月	10:00~



15 パン粉でフレンチトースト



【1食分】  
エネルギー186kcal たんぱく質 7.2g

★お好みで、シロップ、蜂蜜、ジャムなどをかけてもおいしいです。

▶材 料 (2食分)

- ・パン粉……………30g
- ・牛乳……………80 ml
- ・卵……………1 個
- ・砂糖……………20g
- ・バター……………5g

▶作り方

- ① 牛乳、卵、砂糖を混ぜる。
- ② ①にパン粉を入れて混ぜる。
- ③ 温めたフライパンにバターを入れ、②をお好みの大きさに焼く。
- ④ 両面に焼き目がついたらでき上がり。

▶材 料 (2食分)

- ・ハム……………40g
- ・生クリーム……………40g

▶作り方

- ① ハムを小さく切り、生クリームと一緒にミキサーにかける。

東京医科大学病院レストラン  
「アルメイダ」シェフ直伝!

16 ハムのムース



【1食分】  
エネルギー84kcal たんぱく質 1.7g

▶材 料 (2食分)

- ・冷凍ブロッコリー……………60g  
(お好みの野菜でもよい)
- ・絹ごし豆腐……………20g
- ・マヨネーズ……………20g

▶作り方

- ① 絹ごし豆腐とマヨネーズをよく混ぜてドレッシングを作る。
- ② 冷凍ブロッコリー茹でて、①をかける。

17 豆腐タルタルのサラダ



【1食分】  
エネルギー84kcal たんぱく質 1.7g

▶材 料 (2食分)

モッチー作

- ・豆乳……………200 ml
- ・卵……………1 個
- ・白だし(液状)……………20 ml

▶作り方

- ① 材料を全部混ぜ合わせて、適当な容器に入れる。
- ② 電子レンジ 150w で 15 分を目安に加熱する。液の具合を見て加熱時間を調整する。

18 豆乳の茶わん蒸し



【1食分】  
エネルギー102kcal たんぱく質 6.3g

19 チーズのディップ

モッチー作



【1食分】  
エネルギー52kcal たんぱく質 2.9g

▶材 料 (2食分)

- ・カッテージチーズ……………100g
- ・マヨネーズ……………20g
- ・ヨーグルト……………20g
- ・黒こしょう(お好み) ……適量

▶作り方

- ① 材料を全部混ぜ合わせる。

★蜂蜜を加えるとデザート感覚。

▶材 料 (1食分)

すずちゃん作

- ・ミニ蒸しパン……………1 個
- ・牛乳……………150 ml
- ・コーンフレーク(お好み) ……少々

▶作り方

- ① 蒸しパンを 8 等分する(一口大)。
- ② 牛乳を電子レンジで温めて、①を湿す。コーンフレークをかけてもよい。

★木村屋の「ミニむしケーキ」やヤマザキの「北海道チーズ蒸しケーキ」は、牛乳に湿しても固子状にならないので、食べやすいです。

20 蒸しパンの牛乳浸し



★朝食の定番として、パンは冷凍庫に保存。

行事紹介～ひなまつり

3月3日にひな祭りが行われました。



今日は何の日 ～4月6日～

＜開発と平和のためのスポーツの国際デー＞

2013年(平成25年)9月の国連総会で制定。国際デーの一つ。英語表記は「International Day of Sport for Development and Peace: IDSDP」。1896年(明治29年)のこの日、第1回近代オリンピック大会がギリシャ王国アテネで開催された。この大会は、古代オリンピックに感銘を受け、「近代オリンピックの父」とも呼ばれるフランスのピエール・ド・クーベルタン男爵(Pierre de Coubertin、1863～1937年)により提唱され、世界的なスポーツ大会として開催された。

雑ネタ帳より抜粋

今月の予定

12日(火) 誕生会

