

通所介護たより



今回ご紹介する和風里芋のポタージュは、里芋と玉ねぎの甘味に牛乳・バターでコクを加えています。だし汁や味噌を加え、和風のポタージュにして高齢者でも飲み込みやすく、食べやすい一品です。

作り方

- 1 里芋は皮をむき、いちょう切りにして水にさらす。玉ねぎはスライスしてバターで炒める。
- 2 ①の里芋と玉ねぎをだし汁で里芋が柔らかくなるまで煮る。里芋が柔らかになったら、味噌を加える。
- 3 ②をミキサーにかける。
- 4 鍋に戻し、牛乳、固形コンソメ、塩・こしょうを加え、味を調える。
- 5 器に盛り、青味を飾る。

和風里芋のポタージュ

【材料 1人分】

★里芋	中3個
★だし汁	100cc
★味噌	小1/2
★玉ねぎ	15g
★バター	小1
★牛乳	100cc
★固形コンソメ	1/5個
★塩・こしょう	少々
★青味 (あさつきなど)	少々



エネルギー	たん白質	塩分
182kcal	6.0g	1.0g

「二月はにげる」と言いますが、本当にそうですね。あつという間に後半に入ってしまった。

二月の六日(水)から十日(日)の五日間は、急遽お休みをさせて頂いたが、大変ご迷惑をおかけいたしました。おかげさまで、インフルエンザの蔓延を防止することができました。皆様のご協力とご理解に心より感謝申し上げます。

ほっとあいでは、日に三度「手すり」や「取っ手」「イス」「トイレ」の除菌を行ったり、居室内の温度・湿度・換気をしたりと、衛生安全環境に万全をきしておりましたが、ウイルスはまず人体に入り込んで、ほっとあいに忍び込んできました。さて、話は変わります。一月のクラブ活動では、習字クラブ、手芸クラブ、文芸クラブを行いました。文芸クラブの作品からいくつかご紹介いたします。

百歳の 道のり遠し 去年今年
 賜はりし 命百歳 祝ふ春

送りきし 軽き雪靴 あたたかく

九寿の我に 姉居ます

そばを食べ 除夜の鐘きき 年があけ

寒い朝 そろりと歩く たつぺ道

牡丹雪 止みたる土手を 送らるる

正月の 唄くりかえす 今野さん

寒げいこ 本当に辛い 向かい突き

さつまいも 天ぷら好きな わがむすめ

1月の活動風景

一月といえは恒例行事となりました「書き初め」を行っていただきました。見本を見ながら、はや止めを忠実に書かれる方も入れば、好きな言葉や好きな食べ物を書いた方もいらっしゃいます。皆さん達筆に書かれておりました。

書き初め



NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」

特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。

その時々様々なニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。

みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしゃいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)

- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
- ・外出支援・移動サービス
- ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
- ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)

介護保険事業

- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護

障害者自立支援法

- ・ホームヘルプサービス

行政委託事業

- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
- ・障害者等一時預かり

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555