

ゆとりあ便り

令和2年
11月号

特別養護老人ホームゆとりあ
〒210-0821
神奈川県川崎市川崎区殿町 1-11-10
TEL:044-277-1165/FAX:044-277-1164

★☆☆ 10月16日(金) アイスクリームレク ☆☆☆

「できたてソフトクリームを食べました」

肌寒い日はなぜか、アイスクリームが食べたくなりますね!

今回は「バニラ&チョコのMIX」「抹茶」「ストロベリー」の

3種でご提供です。一番人気は「バニラ&チョコ」で、

皆様口を揃えて「美味しい!」と大好評でした。

次は伸びるトルコアイスもリクエストしたいですね!



ゆとりあ管理栄養士の小話 **ブリは世界旅行で出世する魚!?**



回遊魚であるブリは出世魚と呼ばれ、成長の過程で呼び名が変わります。

海水の温度や餌の量等、自分達に合った環境を求めて冷たい海、温かい海、流れの速い海を4年の歳月をかけて旅をし「ワカシ→イナダ→ワラサ→ブリ」と出世していくのです。

10月まではイナダ・ワラサですが、11月はブリに移り変わる季節になります。世界の海の過酷な環境を乗り越え沢山の餌を食べて出世したブリには、骨を丈夫にする「ビタミンD」、記憶力UPを助ける「DHA」という栄養素が含まれています。自分もブリのように出世したいです!

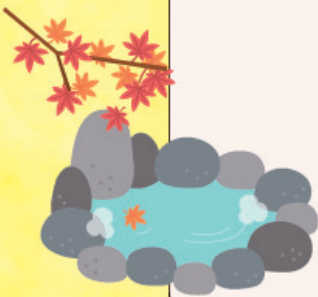
日本全国癒しの旅 ~大分・別府温泉~

一般家庭でもよく見る「とり天」ですが、実は大分の郷土料理です。

大分県の「レストラン東洋軒」が発祥で、県内の飲食店で広く提供され、大分のソウルフードとも言われています。「鶏の天ぷら」と思われるかもしれませんが、大分県民に言わせれば「天ぷらは味付けをしないが、とり天は味付けをするから天ぷらではない!」そうですよ! 「ゆず胡椒味」「チーズ明太味」等、下味のバリエーションも増えており、多くの人が楽しめる料理となっております。

● メニュー ●

御飯
とり天
あいませ
だご汁
柿



10月のフラワーアレンジメント



秋を感じるアレンジです。

小さいリンゴがふたつ、ありますね。とてもかわいいリンゴです。講師の先生曰く「立派なリンゴができるように、大きくなる前に密集している実を取ったのが、このリンゴ」だそうです。

最近は男性利用者様の参加も増えてきました。

作った作品をご家族にプレゼントするそうですよ。



敬老会

9月27日に2F・3F・4Fの入所フロアで敬老会を開催しました。

職員の出し物としてソーラン節を披露しあまり練習時間はとれませんでした。ご利用者様には大好評で大変喜んでいただけました。



11月のスケジュール

11月1日(日) 2階・8日(日) 3階 出前レク

11月12日(木) デイサービス「ケーキバイキング」

11月14日(土) デイサービスお誕生会(11月生まれのご利用者様)

11月15日(日) 従来・ユニットお誕生会(11月生まれのご入居者様)

※11月のフラワーアレンジメントは11月10日(火)、11日(水)となっております。
今後も新型コロナウイルス感染の状況により、先生の直接指導ではなく
スタッフが対応させていただく場合がございます。