

栄養士さんの おすすめ料理

ナスは漬物など生でも食べることができ、抗酸化作用があり、これから秋茄子でおいしくなります。又夏バテの体調調整にぜひ皮ごと食べて下さい。

みやこの苑栄養士
田中 篤子



「秋ナスおいしい」と話される

利用者に好評のメニュー紹介

ナスの生姜醤油和え

材 料 (1人分)

- ・ナス ----- 50 g
- ・キュウリ ----- 20 g
- ・ミョウガ ----- 5.1 g
- ・生姜汁 ----- 1.0 g
- ・醤油 ----- 3.5 g
- ・砂糖 ----- 1.0 g

作り方 2

- ③ ナスとキュウリはうす塩で塩もみする。
- ④ ミョウガは小口切りする。
- ⑤ ナスとキュウリを軽く絞る。
- ⑥ 食材・調味料を和える。



完成品

作り方 1

- ① ナスは皮のまま薄い半月に切る。
- ② キュウリは薄い輪切りにきる。



施設長からお祝いを受ける利用者

敬老の日 式典・演芸



敬老の日は、国民の祝日です。法律によれば、「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」ことを趣旨としていま

す。今年は9月18日(月)が敬老の日で、当苑でも敬愛の心で、祝いの行事を行いました。

今年の式典は、百寿(100歳)2名、白寿(99歳)3名、米寿(88歳)4名、喜寿(77歳)3名の方々の長寿を祝う表彰等を行いました。会場からは祝いの言葉や、大きな拍手がおこり、すこし照れながらも手を振ってこたえていました。

午後からは恒例の職員による演芸大会の催し。「これからも利用者に笑って楽しく過ごしてもらいたい」と気持ちを込め、歌や踊りを

披露。演技の懸命さに、歓声で大盛り上がりでした。



職員によるスコップ三味線。熱唱で披露

敬老訪問

おめでどう



表彰を受け、市長と100歳祝いの記念撮影



市長、祝いのあいさつ

9月15日(金)、老人の日にあたり、長寿の祝いに、田中純市長が来苑しました。100歳になる利用者はじめ、100名を超す方が出席しました。市長は祝いの中で「まだまだ元気に過ごして下さい」と声をかけていました。

9月14日(木)は、きらきら星幼稚園の年長組の88名が来苑。歌や手遊びの披露があり、手作りカードのプレゼントや、ふれあう姿が見られました。



園児とふれあう利用者

広報誌「らくえん」個人情報保護基本方針

当苑が取得した個人情報は、適切に管理し、その利用、提供は同意を得た範囲に限定し、それ以外の第三者への開示、提供はいたしません。