



# はなことば

## みはな職員紹介リレー!

涼しい秋風に、澄んだ空。大きく深呼吸したくなるような、気持ちの良い季節になりました。マスクが手放せない生活になりつつありますが、時々、深呼吸して気分転換をしていきたいものです。

また、寒暖差も大きいので、季節の変わり目こそ体調を崩さないよう、心掛けましょう♪

まだまだご迷惑とご心配をおかけすることも多いですが、みなさまでこの苦境を乗り越えましょう!

### 介護主任

あんど う ゆうじ  
安東 雄二



有料老人ホーム美華の介護主任の安東です。

美華は周りを田んぼに囲まれていて、自分が子供の時に見て育った風景に似ているので、入居者様と外で散歩するのが大好きです。

これからも、入居者様が過ごしやすい美華を創っていきたく思いますので、宜しくお願い致します。

### 《趣味》

かれこれ20年以上バイク中心の生活を送っていますが、今年になって犬も飼い始めたので毎朝の散歩が楽しくて楽しくて仕方がありません。

犬と遊ぶ時間が増えたぶん、バイクのガソリン代が浮いてきました～。



次にバトンを受け取るのは…  
吉田ケアワーカー

靖雲の所々に浮びいて  
刈後田に 小鳥の遊ぶ

澁柿か 甘くなくとも 陽に映えて  
たわわに実のる 柿見事なり

〵〵様 十月の川柳



### 行事予定 (10月-11月)

※予定が変更の場合はご了承下さい

季節湯：にぎり酒の湯



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				15日	16日 機能訓練	17日
18日	19日 理美容 茶道クラブ	20日 機能訓練 折り紙クラブ	21日 移動スーパー	22日 上映会	23日 機能訓練	24日
25日	26日 理美容 合同誕生日会	27日 機能訓練 折り紙クラブ ヨガ体操 (1F)	28日 移動スーパー 買物代行	29日	30日 機能訓練 ヨガ体操 (2F)	31日
1日	2日 理美容 オンライン交流会 (招提北中学校)	3日 機能訓練 折り紙クラブ	4日 移動スーパー ヨガ体操 (3F)	5日 上映会	6日 機能訓練 オンライン交流会 (招提北中学校)	7日
8日/15日	9日 理美容 オンライン交流会 (招提北中学校)	10日 機能訓練 折り紙クラブ	11日 移動スーパー 買物代行	12日	13日 オンライン交流会 (招提北中学校)	14日

# アイスクリーム

残暑厳しい季節に  
冷たいアイスクリームで  
リフレッシュ！  
厳しい暑さもそろそろ  
終わりですね～



# フラワーアレンジメント



美華のクラブ活動のひとつ

フラワーアレンジメント

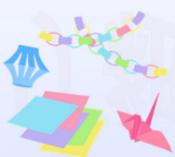
普段なかなか触れる機会がなくなった

生花に、思わず「きれい～」と

笑顔が溢れました♪



# 折り紙教室



定例になった折り紙  
教室。たくさんの方に  
ご参加いただいております！

次は何を作ろうかな～



# 旬のレシピ ～栗のリゾット～

## ●材料 (2人分)

・栗 5～6個

・玉ねぎ (みじん切り) 大さじ1

・冷ご飯 200g

・生クリーム 50g

・粉チーズ 大さじ2

・ブイヨン 90ml

・水 90ml

・バター 小さじ2

・塩コショウ 各小さじ2

## ◆作り方

- 1、栗は剥いて、水にさらしておく
- 2、鍋にサラダ油、バター小さじ1を入れて、玉ねぎを炒める
- 3、玉ねぎが透明になったら、栗を入れて軽く炒める
- 4、ブイヨン、水を加えて蓋をして弱火で5～6分煮る
- 5、冷ご飯は軽くすすいでヌメリを取っておく
- 6、栗に火が通ったらご飯を加え、水分が少なければ水を足してひと煮立ちさせ生クリーム、塩コショウで調味する
- 7、火を止め、粉チーズ大さじ1、バター小さじ1を加えて軽く混ぜたら蓋をして1分くらい蒸す
- 8、お皿に盛り付け、粉チーズ大さじ1、黒コショウをふりかける

## 美杉会グループの願い

- 私たちは患者さんの苦痛をすみやかに和らげることに努めます
- 利用者さんが心豊かで安心した生活を送れるよう支援します
- 常に向上への志をもちます
- 医療・保健・介護を包括的に行い、地域社会へ貢献します



社会福祉法人 美郷会