

うたり白言己平成28年8月号

題字：うたりの
ご利用者様

お知らせ

早いもので、既に一年の半分が過ぎてしまいました。まだまだじめじめとした毎日ですっきりしませんね。でも、ご利用者様はいつも元気に通っていただいて、職員は元気をもらいます。さて、7月20日の介護者懇談会の開催にはいつも御協力頂きありがとうございます。皆様からのご意見をお待ちしています。7月からは、お口の健康を考えて、口腔教室をレクの時間に月2回程度取り入れていきます。いつまでも美味しく食事が摂れるように皆さんで学んで行きましょう。

ダブルおいもサラダ (2人分)

手順

- ①じゃが芋、さつま芋は皮をむき、ゆでるか蒸して柔らかくする。
- ②きゅうりは薄い輪切り、玉ねぎは薄くスライスして塩でもみ水気をしぼる。
- ③ロースハムは細切り、ホールコーンは水切りする。
- ④ボウルにマヨネーズ、酢、からしを入れて、よく混ぜ、①②③を加えて和え、器に盛る。



材料

- じゃが芋・・・50g (1/2個)
- さつま芋・・・50g
- きゅうり・・・10g
- 玉ねぎ・・・10g
- ロースハム・・・10g (1枚)
- ホールコーン(缶)・・・5g
- マヨネーズ・・・6g (大さじ1/2)
- 酢・・・・・・・・少々
- からし・・・・・・・・少々



▲パステルアート

イルカや風景の絵を粉と型を使って描きました。イルカのほうは、まるでイルカショーしてるようで楽しい絵になりました。

▼かき氷

夏の暑い日にはかき氷が美味しいですね！ うたりでも好きな味でかき氷をいただきました。小豆や練乳を乗せると美味しさも倍増でした。



▲足の体操

上半身か下半身かの体操に分かれました。転ぶのが心配な人はこんな体操をすると良いですよ、とお話を聞きながら体を動かしました。

8月の行事

- 1日 (月) 交通指導員さん
- 8日 (月) ~ 13日 (土)
うたり夏祭り
- 16日 (火) のこぎりバイオリン
- 18日 (木) さざなみさん

※サマーショートボランティアさんも来てくれます。

※予定は変更になる場合があります。