



ルストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



「ケアハウス・リヒトでの
ディナーバイキング風景」



『10年目を迎えて』

ルストホフ志木 栄養課
料理長 J・N

ルストホフ志木の栄養課に入職させていただき、今年の5月で丸9年が経ち10年目を迎えました。入職当時、我が家の長女がまだ小学生だったのが今では高校3年生になり、時の早さに気付かされます。

自分自身、こちらに35歳の時からお世話になっておりますが、それまでは高校を卒業して17年間中国料理の世界に身を置いていました。これまで出会った多くの方々や諸先輩方のおかげで今があることに心から感謝しております。

一番最初にお世話になった当時の料理長に「人間はどんな人でも一長一短がある。良い所もあれば悪い所もある。どんな良い人でも嫌な人でも、一生その人と仕事をするのではないのだから、良い所は盗んで悪い所はマネをするな」と教えられました。その当時はまだ若く、いろいろな先輩から頭の中が混乱するほどの指摘をされ、気持ちも折れそうになっていた時だったので、この言葉はととても自分にとって救いとなりました。今でも時々この言葉を思い出します。このことを教えてくれた料理長を含め、これまで出会った方々から多くの事を学びました。そしてその学んだことで自分も成長させてもらっていると感じております。

これまでの栄養課は食事を提供することがメインであり、現場の介護職員ほどご利用者の方々と接する機会はありませんでした。しかし、今年度よりご利用者の方々と「食を通してふれあうことを大切にしていきたい」という栄養課全員の強い思いからいろいろなことにチャレンジしております。グループホームのご利用者の皆様と一緒に食事作りをしたり、ケアハウス・リヒトでのディナーバイキングの開催、デイサービスへのリクエストメニューの提供（事前に聞き取り調査を実施しました）、また、特養ブロンでは誕生会や母の日、父の日などの行事がある度の手作りケーキの提供など、それぞれの部署で大変喜んでいただき、提供している側の自分たちも大きな喜びを感じております。

「集団給食」といういろいろな制約がある中で栄養課全員が知恵を絞り、形にしていくことはとてもやりがいのある仕事だと思います。そして、そう感じているのは自分だけでなく栄養課全員であると確信しております。

これからもご利用されている皆様に「安全で安心して食べられる食事」であることはもちろんのこと「ブロンで食べたあの食事をまた食べたい」と思っただけのような栄養課全員一丸となって頑張っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

【6月のご様子】

梅雨本番ですが、皆様お変わりなくお過ごしいただいております。18日に行った父の日のお祝い会には男性ご利用者様と職員の手形をあしらった記念樹を飾り、黄色い薔薇をプレゼントしました。カメラを向けると薔薇を掲げたり、カメラ目線で元気に手を振ったりと、とても喜ばれる様子が見られました。会の最後には大黒柱をイメージしたコーヒー生地バナナロールケーキを召し上がられ「コーヒーの風味が効いていて美味しいね!」とご満足頂きました。来月は夕涼みが控えております。より一層皆様の体調管理に気を配って参りたいと思います!

《父の日》

介護職員：S・M 記



『俺たちの日だぞー!』



『男性ご利用者と職員による手形の記念樹と共に』



『大黒柱がモチーフのケーキ』

特別養護老人ホームブロン 7月の予定

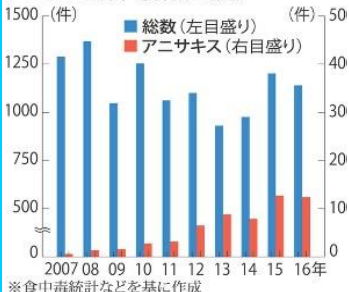
- | | | | |
|---------------------------------|---------------|-------------------------------|--------|
| <input type="checkbox"/> セタ祭り | 7日(金) | <input type="checkbox"/> 誕生会 | 16日(日) |
| <input type="checkbox"/> 敷島神社祭り | 22日(土)・23日(日) | <input type="checkbox"/> 夕涼み会 | 30日(日) |
- <ボランティアさんによる催し>
- | | | | |
|-----------------------------------|--------|------------------------------|--------|
| <input type="checkbox"/> ウクレレ歌クラブ | 6日(木) | <input type="checkbox"/> 朗読 | 7日(金) |
| <input type="checkbox"/> 歌謡 | 24日(月) | <input type="checkbox"/> 大正琴 | 27日(木) |

厨房だより

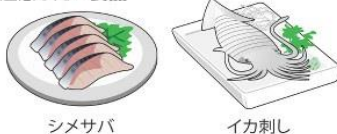
要注意! アニサキス!

最近、よく耳にする「アニサキス」は食中毒の原因第3位です。これからの季節、お刺身などがサッパリして食べやすいですが、これらには注意が必要です。今回はそのアニサキスについて紹介します。

食中毒の総数とアニサキス食中毒件数の推移



注意したい食品



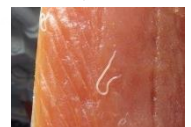
一番多いのがサバです。通常は内臓にいますが、鮮度が落ちることによって筋肉、つまり私たちの食べる部分に移動してきます。肉眼での確認もできますが気が付かないで食べてしまうことがあります。殺菌効果があるといわれる酢やわさびなども効果は期待できません。この食中毒の発生件数はこの10年で20倍増加しています。

予防のために

- ①加熱調理 (60℃ 1分以上) が効果的
- ②冷凍処理 (-20℃ 24時間以上) ただし生き残っていた事例もある
- ③内臓部位に多く寄生するので早めの除去を筋肉部位に寄生することもあるので注意
- ④刺身のサクを切り分ける際は注意して方法の一例として隠し包丁や薄く切るなど

※わさび、醤油、酢程度では死にません。

※サバ、ニシン、イカ、タラ、イワシ、サケ、カツオ等の魚介類にはアニサキスがいますのでご注意ください。



▲アニサキス幼虫

皮肉なことに物流が良くなり新鮮な魚を生で食べられるようになったことがアニサキス食中毒を増加させることになってしまったようです。気をつけましょうね!

調理師：S・N

=症状=
激しい腹痛や嘔吐など



ケアハウスリヒト

【6月のご様子】

リヒトでは6月に『父の日の茶話会』と『誕生日会』を行いました。父の日は男性入居者の皆様にお花のプレゼントと和菓子でお祝いし、誕生日会では厨房特製の手作りケーキでお祝いしました。誕生者の方のケーキにはお祝いメッセージを添えさせていただき、ケーキも美味しいと好評でした。また、中宗岡のまちづくり会議さんより依頼を頂き保育園のかわいい園児さんと七夕飾りを一緒に作る企画にも参加されて楽しいひと時を一緒に過ごしました。 相談員：S・K 記

《6月の行事風景》



『お父さんありがとう!!』



『子供たちと交流』



『お誕生日おめでとうございます』

ケアハウスリヒト7月の予定

- | | | | |
|---------------------------------|--------|----------------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> 入居者懇談会 | 14日(金) | <input type="checkbox"/> 敷島神社の祭り | 22日(土)・23日(日) |
| <input type="checkbox"/> 夕涼み会 | 30日(日) | | |

グループホームブロン

【6月のご様子】

6月のグループホームでは、父の日の昼食作りと入居者様のご家族様にご参加いただいた食事会を行いました。父の日の昼食作りでは焼きそばを作って皆様で召し上がっていただきました。また、男性の入居者様へはお花をプレゼントさせていただき「よかったよ。プレゼントもらえて嬉しかった。」とうれしいお言葉を頂きました。食事会ではご家族の方と一緒に盛り付けをされた後、一緒に食卓を囲み和気藹々と楽しい時間を過ごされました。 介護職員：H・W 記

《行事（父の日の昼食作り・食事会）の様子》



『慎重に…』



『父の日のプレゼントうれしいなあ』



『一緒に話しながら食べると楽しいね』

グループホームブロン7月の予定

- | | | | |
|--------------------------------|--------|-------------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> おやつ作り | 16日(日) | <input type="checkbox"/> 夕食作り | 21日(金) 26日(水) |
| <input type="checkbox"/> 昼食作り | 28日(金) | | |

＜ボランティアさんによる催し＞

- | | | | | | |
|---------------------------------------|--------|-------------------------------|--------|-----------------------------|--------|
| <input type="checkbox"/> ウクレレ歌クラブ | 4日(火) | <input type="checkbox"/> 大正琴 | 12日(水) | <input type="checkbox"/> 絵画 | 18日(火) |
| <input type="checkbox"/> ウクレレ&ブルースハーブ | 24日(月) | <input type="checkbox"/> フルート | 28日(金) | | |

【6月のご様子】

○ デイサービスセンターブロン

皆様のご要望が多かったので、今年から春の外出は買い物会だけでなく外食会もいっしょに行いました。『買い物&外食会』は初めての試みでしたが、食事会を希望される方が多くご希望に添えられましたことをうれしく感じました。これからも皆様のご要望にお答えできるよう頑張りますので宜しくお願いします。

介護職員：H・I 記

《6月の様子》



『華屋与兵衛にて』



『しまむらでお買い物』



『父の日の記念撮影』

○地域密着型デイサービスセンターブロン

6月第3日曜日は父の日でしたので、父の日週間に男性の皆様へ黄色いバラをプレゼントしました。普段は男同士で写真を撮られるのが苦手な男性利用者の皆様もカメラの前に勢揃い!!この日は喜んで写真撮影させて下さいました。また、過ごしやすいお天気の日には色々な花を見ながら土手を散歩。「外に出ると気持ちいいね～」と笑顔がこぼれていました。

相談員：M・W 記

《6月の様子》



『父の日』



『土手散歩』



『蛇の目草に囲まれて』

デイサービス・地域密着型デイサービス7月の予定

□ 誕生会 17日～22日(月～土)

<ボランティアさんによる催し>

○デイサービスセンターブロン

□ ウクレレ&ブルースハーブ 4日(火) □ 詩吟 6日(木) 20日(木)

□ 大正琴 20日(木) □ ウクレレ 22日(土)

□ ハーモニカ 28日(金) □ 座って太極拳 29日(土)

○地域密着型デイサービスセンターブロン

□ ウクレレ歌クラブ 3日(月) □ 朗読 7日(金)

□ 歌謡 14日(金)

理髪 6日(木) 12日(水) 18日(火) 19日(水) 24日(月) 28日(金)

7月全体の予定

□ ギター・オカリナ 12日(水)