

～プロフェッショナルに聴く～

高年齢者の食事

～デイサービスで人気のメニュー～

18名規模のデイサービスで、ご利用者様に昼食をお出ししてきました。要支援1から要介護5まで、さまざまな介護度の方がおられます。介護度や歯の調子などによって、刻み食やミキサー食を提供することもあります。デイサービスに通って来られる方々は比較のお元気で、アレルギーに気をつける以外は普通食でお出ししています。

- いくつか心がけていることは
- 熱いものは熱く、冷たいものは冷たい温度でお出しする
- お皿や色どり、味のバラエティに気をつける
- 必ず汁物とともにお出しすること
(喉の通りがよいため)
- 一口サイズにすること
- 海苔巻よりばら寿司
(海苔が噛み切りにくい)
- ゴマやナッツはクリーム状にして
(義歯に当たって痛いから)
- まずは小盛りでお出しする
(「全部食べた」という達成感のため)
- たまには揚げ物を
(皆さんご自身では、されない)

教会員が
お答えします!!

鶴岡潤子

(デイサービス職員 厨房担当)

- 意外にウケるハイカラな料理(サンドイッチ、ミネストローネスープ、ハンバーグ、ドリアなど)
- 皆さんが必ず喜ばれるのは、ばら寿司、茶碗蒸し、天ぷら
- 夕食に宅配のお弁当をとっておられる方が多いので、それにかぶらないメニューを心がける

“ぶどうの木デイサービス”の定番メニュー

- 薬膳カレー
(にんにく、生姜、牛蒡、セロリ、きのこ、人参、玉ねぎなどを細かく刻んで、牛ミンチで作るカレー食べやすく、栄養豊か)
- 焼売、餃子、春巻
(蒸したて、焼きたて、揚げたてを)
- とり卵
(甘辛く味付けした鶏そぼろと刻んだねぎをたっぷり入れた厚焼き卵)
- えびライス
(みじん切りにしてバターで炒めた玉ねぎ、人参を入れたカレー風味のご飯に、えびときのこのクリームソースをかける)
- 手作りプリン

Blessing Shower

「わたしの断捨離と終活」

吉田 由起子



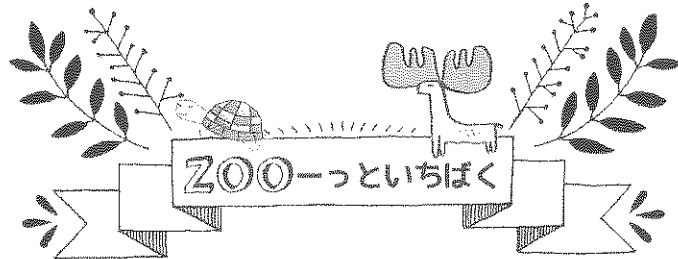
一昨年末の退職を機に、残された人生をできるだけ心軽やかに過ごしたい、また、いつ天に召されても大丈夫と言える備えをしておきたいと願い、私なりの断捨離と終活をした。

断捨離 元来「勿体ない精神」が強く、捨てられずにいた沢山の物品を処分するのは心身共にかなりエネルギーを消耗したが、これが本当に必要かどうかを判断する力を与えてください、と祈りながら、約5か月間で一段落した。以来、「必需品プラス少しの好きなモノ」で暮らすことがもたらしてくれる開放感や気持ちのゆとりを感謝する日々を送っている。

終活 断捨離終了後、この世の様々な情報から離れ、聖書とエンディングノートを持って3日間山の施設に滞在し、神様の前に、生まれてから現在に至るまでの旅路を振り返る時を過ごした。私は高校生時代に「氷点」を読んで、創造主なる神様に会い、自己の内面の罪を示され、救い主イエス様の愛を知った。それは正に目から鱗が落ちる経験だった。信仰を持つ前も後も「上り坂」「下り坂」「まさか」を歩んだが、私が主イエス様の御心に反する言動をとったことは数知れずあっても、主が私を裏切られたことは一度もなく、どのような時も共にいて恵みと祝福の道へと導き続けてくださった。人生行路の回視は、どれほど神様に愛され守られてきたかを、改めて深く教えられる至福の節目となった。永遠の御国に迎え入れていただく日まで、この素晴らしいとしか言いようのない神様を愛し、そして自分自身を愛し、隣り人を愛して生きていきたい。



わたしのペット自慢 -Vol.14-



「ティリ」 ザバー・ピュー

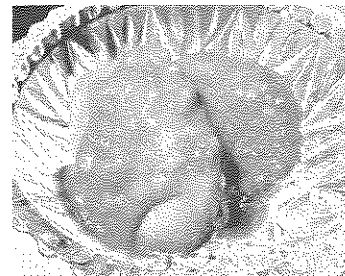


オーストラリア人の友人家族が飼っていた猫のティリちゃんですが、彼らが母国に帰ることになったため、我が家にやってきました。彼女は抱っこされるのは好きではなく、膝に乗っても来ないのですが、私が二人掛けのソファに座ると必ずそそくさとやってきて、私の左側でゴロリと横になります。たまに私が一人掛けの椅子に座っていると目の前にやってきて、じっと私の顔を見つめてきます。まるで「私の座る場所がないんですけど?」と言わん

ばかりです。そこで私が二人掛けの椅子に移動すると、さっと私の左の定位で体をくっつけてくるのです。ふわふわとあたたかく、こんなに愛らしい猫が側にいることでどれだけ癒されたことでしょう。現在、私は日本滞在中なのでティリちゃんはイギリス人夫妻に預かってもらっていますが、彼らから送られてくる写真や動画から、彼女がそのまま愛されているのが伝わってきて嬉しくなります。国を超えて、愛されている猫さんです。

くつきんぐ
こーな

「煮込みハンバーグ」



◆材料◆
(4人前)

合い挽き肉	420g
玉ねぎ みじん切り	中1個分
卵	1個
パン粉	1カップ
牛乳	150cc
砂糖	大1/2
塩・コショウ	適宜
サラダ油	

【煮込み用ソース】

トマトケチャップ	250g
ウスターソース	1/4カップ
出汁	1/4カップ
醤油	大1
みりん	大1 1/2強
砂糖	大1強

◆作り方◆

- ① サラダ油以外の材料を練り混ぜる。30分ねかせ、空気を拭いて成形する。
- ② 油を引いたフライパンに①を並べ、強火で焼き色がついたら、弱めの中火にして裏返して両面に焼き色をつける。
- ③ 煮込み用ソースの材料を混ぜて合わせて②に入れ、弱火にして蓋をして10分程煮込んで中まで火を通す。時々ひっくり返したりソースをかけたりして絡める。器に盛りつけ食します。

希望のダイヤル

毎週メッセージが変わります

0798-20-9666

パソコン、スマホからYouTubeでも視聴できます。
一麦西宮教会で検索してください

by 大井 和子