

ケアテル相談局 ゆめなごやか Vol. 65

「ゆめなごやか農園」が 再始動しました！

昨年からはじめた「ゆめなごやか農園」が今年度も再始動しました！自給自足の野菜作りを行い、職員給食で職員の健康増進・野菜不足の解消・免疫力の向上や季節に合わせた献立の充実を目的に活動しています。2年目の今年は、野菜の種類を増やし、豊作になるのか期待が高まっています。植えたばかりの今から収穫の時期が楽しみです。

今後は、ご利用者様の認知症の予防の一環として、精神面の活性・充実した時間の提供を目的に、ご利用者様とともに夢のある農園を目指して活動してまいります。

ミニトマト大きく育て～！



阿部佑紀 & 二瓶真衣
私たちがミニトマト担当です！

ケアテルガーデン

介護老人保健施設ケアテル猪苗代にも春がやってきました！施設の道路沿いに花々を植えカラフルな花壇になりました。ご利用者様に季節を感じていただけるよう季節の花々植栽活動してまいります。



わたし、阿部ゆきは すいこう栽培がかり

こんにちは！相談員の阿部です。今回も、水耕栽培の注意ポイントをご紹介します。

☆野菜を育てる為に必要なのは肥料です！！



土の中には栄養分が多く含まれますが、水には栄養がほとんどありません。そこで必要なのが「液体肥料」です。水で薄めますが濃すぎると肥料負けしてしまう為、調整が大切です。



Vol.④

30分 ミクピー クッキング 4

- 【作り方】
- ① ボウルに卵1個をとく。
 - ② 同じボウルに山芋250gをすりおろす。
 - ③ ボウルに1/4の千切りキャベツ、薄力粉大さじ3、白だし大さじ1を入れ混ぜ合わせる。
 - ④ フライパンに油をしき、両面を焼き、お好みでかつお節、青のり、マヨネーズ、ソースをかけて完成。



【♥ミクピーより一言♥】
まるでお好み焼き♪山芋を入れることでふわふわヘルシーでGood!

『ヘルシー！
山芋のふわふわ焼き』

みなさん、こんにちは。家政婦のミカです。今回ご紹介するのは、ガラスのくもり取りです。しつこいガラスのくもりは、じゃがいもの皮でこすって水で洗い流せば、まるで新品のようなガラスに大変身♪じゃがいもの皮に含まれるデンプンには汚れを落とす効果があるのです。ぜひ、お試しあれ…。



お金をかけずに野菜くずでピカピカに♪

家政婦のミカ ～ガラスのくもり除去方法～ 第4話

つばやきマイー #5



天気が良いある日のこと。お散歩日和で息子と一緒に散歩をしました。すると、いつもは気に留めなかった足元の小さな花を見つけました。ほのぼのとした発見がたくさんありました。心もポカポカです♪



Vol.59 ワカゴ飯

好き嫌いはなく、美味しいものを探ること、食べることをこよなく愛しています。今回ご紹介するのは、喜多市山都町にあります、やまと路さんのざるそばともう1種類のそばが楽しめるセットです！食いしん坊でワガママな私の願いを叶えてくれるセット♪山都そばは好物でして、何件か他のお店でもお蕎麦をいただいておりますが、こちらのお店のお蕎麦は格別！お蕎麦がツルツルしこしこ♪ざるそばは勿論、セットのお蕎麦(とろろそば・温)もこれまた美味しい！！写真にはありませんが、ここに天ぷら盛り合わせを単品で注文！天ぷらは今が旬の山菜をはじめとするサクサク熱々をいただきました♪大満足！家庭的な雰囲気なお店でゆっくりお蕎麦を味わってみてはいかがでしょうか…！？ごちそうさまでした！



困った時に、
連呼する…。

ちぐず子の グーたら日記

明日は明日の風が吹く…。ち