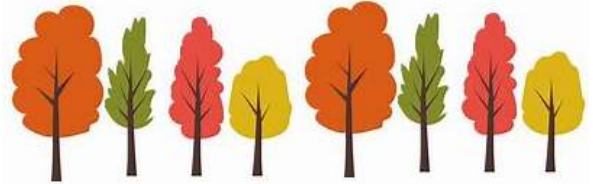


〒470-2554
 知多郡武豊町白山131番地5
 特定非営利活動法人ほっとスマイル
 生活介護 スマイル
 電話 (0569) 84-4205

スマイル通信

第15号

(令和4年10月発行)



9月に入っても日中は30℃を超える暑い日が続き、陽ざしにはまだ夏の名残がありますが、朝晩は涼しい風が吹き、日が落ちるのも随分と早くなってきました。セミの声に変わり、秋の虫たちの鳴き声も所々で聞こえてきて、季節の移り変わりを感じます。夏の間はおやすみしていた散歩や公園へのお出かけを通して、色づく木々や重なる落ち葉や木の実など、秋の訪れを楽しみたいと思います。



スマイル紹介

秋と言えば、『食欲の秋!』今回はスマイルの美味しい昼食と、皆さんの調理作業の様子をご紹介します!

<準備>

まず調理室に入る前に白衣に着替えます。調理室に入ったら石けんで手を洗い、アルコールで消毒します。ビニール手袋をして、マスクの上にさらにマスクをつけたら準備完了です!



メニュー紹介



- ・ぶりとチンゲン菜の中華塩炒め
 - ・トマトのナムル
 - ・豆腐と三つ葉の中華スープ
 - ・ごはん
 - ・フルーツヨーグルト
- 合計 635kcal



<調理作業 1>

皆さんには主に野菜の皮むきのお手伝いをしていただきます。玉ねぎの皮や、ピーラーを使って人参やジャガイモの皮をどんどんむいていきます。多いときにはジャガイモ30個(!)の皮むきをしていただいたこともありました。



<調理作業 2>

煮たり、揚げたり、炒めたり、味付けは調理員さんにお任せをして、出来上がったおかずやデザートの盛り付けをお手伝いしてもらっています。トレーにお箸やスプーン、フォークもきれいに並べてくれます。



夏の思い出

《七夕》



輪っか飾りや、星や三角に切った折り紙をのりで貼りつけ七夕飾りを作り、短冊に願い事を書いて笹の葉に吊り下げました。色とりどりのキレイな飾りつけになりました☆



お楽しみ会

8/10にお楽しみ会で夏祭りを行いました！的あてやヨーヨー釣りをして、かき氷を食べました。的あては最初なかなか当たらず苦戦していましたが、何度も挑戦するうちにどんどん上達していました。キーンと冷たいかき氷はこめかみを押さえながらも美味しそうに召し上がっていました。



プール

7月後半～8月中の土曜日はほっぷへ行き、午後はプールに入って過ごしました！



Happy Birthday!

7月～9月生まれの皆さんです！お誕生日おめでとうございます。



編集後記：秋の味覚を代表する食材の1つと言えば『サンマ』、漢字で書くと、秋刀魚（秋によく獲れる刀のような形をした魚）となり、まさにこれからが旬の魚です！最近漁獲量が減り、お値段も上がっているようですが、それでもこの時期になるとどうしても食べたくなってしまいます！

