

10月 ふれあい長寿苑

9月7日(土) バスハイク

高岡古城公園内にある動物園に行ってきました。一時は涼しくなった気候もその日は夏が戻ったかのような残暑で、動物達も暑いのか陰に隠れてなかなか出てきませんでした。その中でもペンギンは池の中を気持ち良さそうに泳いでおり、「涼しそう！うらやましい！！」と皆さん口々に言っておられました。園で一番人気の動物はフラミンゴで、片足で立っている姿はとても美しく、暑さを忘れさせてくれる一日となりました。



9月14日(土) 敬老会

毎年恒例の敬老会を行いました。お昼は敬老御膳（炊きおこわ・ほうれん草の白和え・えびす・鯛の唐揚げ等）を頂きました。中でも一番人気だったのは、蟹添え茶碗蒸しで完食の方がとても多くおられました。午後からは、“綸ミュージックメモリーショー”が行われ、ますます歌に研ぎがかかった円熟の貫録を感じさせる歌謡ショーに皆さん感激しておられました。後半は、飛び入り参加で利用の皆さんも加わり、マイクを持って歌ったり口ずさんだりと心より楽しい一日となりました。



9月21日(土) ティーパーティー

秋の運動会と題し、身体を動かすゲームに取り組みました。ゲームの内容は、あおいで落せゲーム・うなぎすくいゲーム・玉入れ等、皆で声を掛け合い応援し、身体の不調も忘れるほど集中し取り組んだ午後となりました。

▼10月16日(水) 献立メニュー

○ぶりステーキ ○ささみとオクラの梅肉和え ○かき玉スープ

ぶりステーキは、脂の乗ったぶりに酒、塩コショウをふりかけた後、薄切りにしたにんにく、バターを一かけらずつ乗せます。オーブンで蒸し焼きにしていくと、バターがとろけ、にんにくの香りがぶりを包み込みます。上からは、レモン果汁、粒マスタード、醤油に彩りの良い葉ネギを加えた特製ソースをかけます。消化を助ける大根おろしと一緒に頂きます。



▼10月22日(火) 献立メニュー

○ひじき入りすりみ揚げ ○ブロッコリーのわさびマヨネーズ和え ○味噌汁

ひじき入りすりみ揚げは、すり身と事前に味付けしておいたひじき、玉ねぎ、人参、シソの葉、卵を合わせ、味噌と砂糖で味付けした生地を一つ一つ丸めて油で揚げていきます。味噌の風味と香りの良いシソの葉が相性良く食欲をそそられます。上から食べやすいように味噌あんをかけ、付け合わせには大根おろしを添えます。



▼10月31日(木) 献立メニュー

○松茸御飯 ○白菜の重ね蒸し ○わかめと春雨の酢の物 ○味噌汁

松茸御飯には、松茸をメインに平茸、竹の子、人参、こんにゃく、油揚げを具材に加え、白米と一緒にふっくらと炊き上げます。豊かな香りが全体に広がり美味しく頂けます。

白菜の重ね蒸しは、豚ひき肉、卵、れんこん、白菜、脱脂粉乳、椎茸の芯をみじん切りしたものを良く混ぜ合わせ生地を作ります。生地を天板に敷き、その上から、さっと茹でた白菜を重ねオーブンで蒸します。白菜の旨味が生地に染み込み美味しく仕上がり、上からは、椎茸とグリーンピースを入れた和風あんをたっぷりかけ食べやすくします。

御家族様へお知らせ

◎衣替えの時期になりました。衣類の確認をお願いします。(名前の記入・ボタン・ゴム・枚数の確認等) ※クリーニングのご利用の方もお願いします。



10月誕生者

11月行事予定

9日(土)文化祭

16日(土)ティーパーティー

