

通所介護たより



ほっとあいのヘルパーさん（訪問介護員）たちが、台所にある身近な食材で『簡単料理』『アイデア料理』を研究し発表しました。どの献立も栄養もあり、とても美味しいので皆様にご紹介いたします。是非作ってみてください。

作り方

- 1 かぼちゃはさいの目に切り、ゆでる。
- 2 紫玉ねぎは薄切りにし、サッと水にさらす。
- 3 りんごは皮ごとくし切りにし、食べやすい大きさに切る。
- 4 サラダ油を熱してちりめんじゃこをカリカリになるまで炒める。
- 5 かぼちゃ、紫玉ねぎ、りんご、ちりめんじゃこを混ぜ合わせ、Aのドレッシングで和える。

かぼちゃと玉ねぎのじゃこサラダ

【材料 2人分】

★かぼちゃ	50g	
★紫玉ねぎ	1/6個	
★りんご	1/4個	
★ちりめんじゃこ	10g	
★サラダ油	小1/4	
A	サラダ油	小1
	酢	大2/3
	塩	少々
	こしょう	少々



エネルギー	たん白質	塩分
88kcal	4.4g	0.3g

台風十七号が十月一日の二時頃、宮城県を駆け抜けて行きました。大型で風・雨とも強力との予報が出ておりましたので、私達はテレビやインターネットで数日前から情報を取り、対策を検討していました。

最大の問題はデイサービスを「休みにしないで開けることができるか」、「休みにするとすれば、どの時点で決定し、皆さんにどのように連絡すれば良いか」あるいは「送迎時間を何時間か遅らせるか」を決定することでした。

九月三十日の夜八時に状況を判断し、最終決定は十月一日の朝七時にすることにし、当日の利用者の皆さんとスタッフに即連絡をするという手はずを取りました。

幸いなことに、台風は大河原には大きな被害をもたらさずことなく通り過ぎてくれました。沖縄や九州の皆さんは大きな被害があり、大変お気の毒でした。

ほっとあいでは、自然災害対応指針を作成しております。皆さんの安全をお守りし、事業の継続に万全を期してまいりたいと思っております。皆様のご協力、ご理解を引き続きお願い申し上げます。

九月の活動風景

九月二十日、二十一日と行っていたいも煮会の風景をご紹介します。現在では普段台所から遠ざかっている方がほとんどですが、「昔やっていたことは体が覚えている」ので、よく使われ、材料を切って下さいました。包丁を使うにも力が入り、力を入れる事が難しい方等には白菜やキノコを細かくしていただいたり、全員参加でいも煮を作っていたり、また、お隣近所の方々や、いつもお世話になっているボランティアの方々にも来ていただき、いろいろ交流していただきました。

毎年恒例となっているいも煮会、日常生活動作の振り返りと、地域交流の場として、とても大切な行事であり、引き続き行って行きたいと思えます。

驟雨（しゅうう）きり

長堤秋を深うせる

見えぬ身の

居間の鏡に真向かひて
 卒寿の我に会いたきものを

星 和貴

10月の行事

- ・誕生会 ・紙芝居
- ・皆で一緒に歌おう

★10月16、17、18日は運動会

★10月22日からはクラブ活動（約1年半ぶりに復活!!）



NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」

特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。

その時々様々なニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。

みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしゃいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)

- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
- ・外出支援・移動サービス
- ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
- ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)

介護保険事業

- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護

障害者自立支援法

- ・ホームヘルプサービス

行政委託事業

- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
- ・障害者等一時預かり

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555