

さくら苑の昼食レシピをご紹介します！

*フライパンで作れる！！「茄子の煮びたし」

<材料> 4 人分

- ・なす 3 本
- ・生姜 ひとかけ
- ・サラダ油 大さじ2
- A だし汁 250ml
- しょう油 大さじ 3
- みりん 大さじ2
- 砂糖 小さじ2

<作り方>

1. 茄子はへたを落として皮に細かく切り込みを入れ、縦半分に切る
2. 水にさらしてから、キッチンペーパーで水気を拭き取る
3. フライパンに油を入れ、生姜の香りが立つまで火にかける
4. 一旦火を止め、皮面を下にして全て並べ火にかける
5. きれいな紫色になったら、他の面も軽く焼く
6. A のだし汁を全て入れ、沸騰したらそのまま 3～4 分煮る
7. 火が通ったら煮汁ごと保存容器に移して完成

※熱々から冷めても、冷蔵庫で冷やしてもおいしいです。
さくら苑では冷たい料理としてご提供！

*夏におすすめ！！「とうもろこしご飯」

<材料> 4 人分

- ・米 2 合
- ・とうもろこし 1 本
- ・料理酒 大さじ1
- ・塩 小さじ1

<作り方>

1. とうもろこしの皮をむく
2. 半分の長さに切り、包丁で実をそぐように外す
3. 米を研ぎ、通常の分量の水を入れる
4. 3 に分量の料理酒、塩、とうもろこしの実と芯を入れて炊く
※「芯」を入れて炊くと甘みが増します。食べる時は「芯」を取り出してください。
5. 器に盛りつけ出来上がり



本人のメッセージのまま掲載しています♡

メン

はじめまして。
ベトナムのしゅっしんです。
ここではたらいています。
仕事はいくら大変でもさいごまでがんばります。
どうぞよろしくおねがいします。



フォン

はじめまして。
ベトナムからきました。
さくらえんで働いています。
まだ、日本語が上手ではありませんが毎日仕事をしながら日本語の勉強もがんばっているの、きっと上手になると思っています。これからも、どうぞよろしくおねがいします。



編集後記

毎日熱中症アラートが出ていますね。この暑さはいつまで続くのでしょうか…。水分補給を忘れずに、涼しいところで過ごしましょう！！

「さくらだより」でご利用者様の様子をお伝えしたいと思います。ぜひご覧いただけたら嬉しいです。

広報委員会 神林 小池 押味

～保険証についてお願い～

8 月から介護保険負担割合証、介護保険負担限度額認定証が新しくなっています。
お手元に届きましたら、さくら苑へご持参いただきますようお願い致します。

よろしくお願いします



さくらだより

令和 7 年 8 月号

「就任のご挨拶」

看護師長 宗村 朝子

日頃よりさくら苑の運営にあたってご高配ご支援いただき誠にありがとうございます。
今年 4 月より看護師長としてさくら苑に参りました。現在新潟市に住んでいますが、生まれは加茂市で縁あって 45 年ぶりに地元に戻って仕事をする事になりました。

通勤し始めた頃は桜の花が咲き、越後平野は田植え前でした。今では稲が青々と豊かに育っています。最初は「加茂に通うのは遠いなあ。」と思っていましたが、そんな四季の変化を見ながら通勤する事が楽しくなりました。

最近蟬の声も聞こえだし、いよいよ夏本番を迎えていますが皆様はいかがお過ごしでしょうか。

日本の夏は年々暑くなる傾向が見られます。最近では 35℃ 以上の日が続き、この時期になると連日ニュースに「熱中症」という言葉が出てきます。「熱中症」とは、高い気温や高い湿度環境下で長時間過ごすことで体温が上がってしまい、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして生じる様々な症状を起こす病気の事です。熱中症は、直射日光の下で起きると意識する方が多いですが、熱中症は屋内や夜間でも発症します。特に夏の初めは、暑さに慣れないため注意が必要です。「体調がおかしい。」と思ったら無理をしないで日陰で休み、エアコンを使用して体を冷やし、水分と塩分を補給するようにしましょう。時には命に関わる事もありますので、しっかりと対策をして暑い時期を乗り切りましょう。

日本は超高齢社会を迎えており、福祉の業界も人材不足問題が上がっています。質の高いサービス提供のためにも人材確保は必要です。人材不足を補う 1 つとして、当苑では昨年よりベトナムからの介護技能実習生の受け入れを行っております。言葉も文化も違う国に来て心細かったとは思いますが、ご利用者の皆様にとってもかわいがっていただき「仕事楽しいです。」と言って一生懸命仕事をしております。

コロナ感染症が 5 類に移行しても、まだまだご家族様には面会の制約があり、ご迷惑をお掛けしておりますが、今後ともさくら苑をよろしくお願い致します。

中庭で田植えをしました！！



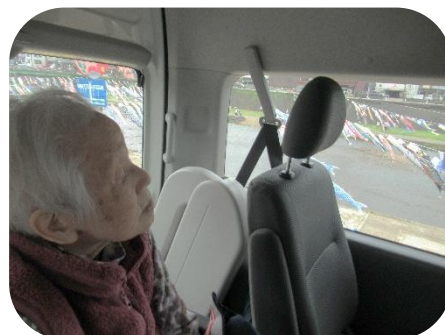
収穫が楽しみです♪



外出ツアー



中庭にこいのぼり
発見！！



おお♪

こいのぼり気持ちよさそう！



🚗 今年も加茂川と商店街をドライブしてきました 🚗



キレイだね～♡



さくら苑の周りには
きれいなつつじがたくさん！！



七夕



毎年恒例！短冊書きを行いました！

皆様の願い事が叶いますように…



楽しく過ごせますように🎵



健康に過ごせますように

