

神栖市障害者デイサービスセンター

のぞみ通信

平成31年3月25日発行

No. 12

〒314-0121

神栖市溝口1746-1 保健・福祉会館内

神栖市障害者デイサービスセンターのぞみ

生活介護事業所（茨城県知事指定

No.0812900363）

基準該当放課後等デイサービス

＜指定管理者＞神栖市指定 No.0832900245）

社会福祉

法人

神栖市社会福祉協議会

Tel.0299-93-1063 Fax.0299-92-8750

あざみ会さんが来てくれました！



桜の花芽も少しずつ大きくなってきました。暖かい春が待ち遠しいこの頃です。
3/20（水）ボランティアグループのあざみ会さんが、のぞみに来所されました。お花が咲いたようなあざみ会のみなさんのすてきな衣装にみんなうっとりしてました。そして童謡や演歌などを歌う素晴らしい歌声に聞き入っていました。「てんとう虫ののサンバ」や「春が来た」は利用者さんも一緒に歌い大盛況でした。

あざみ会のみなさん、楽しい歌をたくさん聞かせていただきありがとうございました。

ハッピーバースデー・3月生れ



3月にお誕生日を迎えた方々をみんなでお祝いしました。

今年1年も素晴らしい年となりますように！！



学生ボランティアさんが来てくれました



3/22（金）東京の成蹊大学生3名が来てくれました。カラオケやボール回しなどのレクリエーションで楽しませてくれました。ありがとうございました。また来てくださいね。

のぞみ食堂より

春の訪れを感じさせる日が続きます。春野菜がちらほら並び始めましたが、今年も『たけのこ』の季節がやってきます。旬は短いですが、毎年、この季節には欠かさず食べたい食材ですね。

【たけのこの栄養】 食物繊維…便秘の解消に役立ちます
カリウム… 体内の余分なナトリウムをだして、血圧の安定を助けます。
※あくが強いため、食べ過ぎは消化に悪いので注意が必要です。

【たけのこの茹で方】 ①たけのこは頭の部分を斜めに切り落とし、皮を2～3枚残してむき、鍋に入るくらいの大きさに切る。
②米のとぎ汁をかぶるくらい入れて、火にかけ、40分くらい煮る。
根元の硬いところに竹串が刺されれば火を止めて想のまま冷ます。



- ◆大きな鍋や刃力がなくても、たけのこを切つてとぎ汁または米少々いれてゆでれば大丈夫です。
- ◆掘ったら出来るだけ早く茹でるのがポイント。火を止めてそのまま冷ますとあくがよく抜けます。
- ◆皮は何処まで剥けばよいのか？ 食べてみて筋っぽくなければ食べられます。

たけのこご飯（3合分）

米	3合
水	600cc
たけのこ（水煮）	150g
油揚げ	1枚
人参	1/4本
しょうゆ（薄口）	大さじ2
みりん	大さじ2
だしの素	小さじ1
もみのり	適量

（作り方）

炊飯器に米をといで入れ、水を加え、30分くらい浸水させる。
たけのこは薄切りにする。油揚げは熱湯をかけて細くきる。
人参を千切りにする。（具の大きさをそろえると良い）
調味料を入れて炊飯する。
炊き上がったらさっと混ぜ、好みでもみのりを散らす。

のぞみ農園始動します



葉ネギ・ジャガイモ・ニンジンが収穫できました



一年を通してトマトやナスの夏野菜からジャガイモやニンジン、葉ねぎなどたくさんのお野菜を収穫した”のぞみ農園”。今年もたくさんの野菜そして植物を育てていきます。

よろしく
お祈りします

新年度がスタートします♪

- ★持ち物のチェックをお願いします。
 - 歯ブラシは古くなっていませんか？
 - 車いすのタイヤに空気は入っていますか？
 - 全ての持ち物にお名前の記入はありますか？

ご利用の前後には手帳の確認をお願いします。

- ★新年度になります。あらためて服薬状況の確認をさせていただきます。現在お飲みになっている薬の内容が書かれた一覧表をお持ちください。
 - また、お薬の変更や追加があった時は、新しい薬の説明書をご持参ください。

神栖市障害者デイサービスセンターのぞみ ご紹介 ～生活介護・放課後等デイ～

【生活介護】

のぞみは、茨城県指定事業所として障害のある方の社会参加、自立促進、生活の改善、身体機能の維持向上のために、入浴・排泄及び食事サービスを提供しています。入浴サービスはチェアー浴槽や寝台浴槽等の機械浴槽を設備しており、ご利用日の全てで入浴が可能です。

のぞみでは、利用者ご本人・ご家族の希望や課題を確認し、関係各所と連絡調整しながら、より良いサービスの提供を図っています。

利用の条件：市内にお住まいの障害支援区分3以上の方、

50才以上の方は区分2から 利用定員20名

利用できる日時：月～土曜日 午前9時30分～午後3時30分

(12月31日及び1月1日はお休み)



機械浴槽で職員の介助で安心入浴



食事 ミキサー食や刻み食もご用意



手指の訓練中

◆随時見学を受付けています。(デイサービスのぞみ 電話0299-93-1063)

4 月の予定と昼食メニュー

月	火	水	木	金	土
1	2 出張散髪サービス	3	4	5	6
お花見			カラオケ		誕生日会
ご飯 豚肉おろしあん 二色ひたし みそ汁 牛乳かん	お花見御膳	お花見御膳	ご飯 高野豆腐 はさみ煮 キャベツソテー みそ汁 おぐらかん	スパゲッティ ナポリタン 青菜ソテー 果物 りんごヨーグルト	ポークカレー ゴマ酢和え オニオンスープ おたのしみ
8	9	10	11	12	13
ビンゴ	散歩	散歩	誕生日	避難訓練	散歩
ご飯 魚のフライ ごま和え みそ汁 牛乳かん	他人丼 お浸し すまし汁 ごまミルクくずもち	ご飯 魚酢豚風 ナムル かき玉スープ わらびもち風	ご飯 鶏のうめ照焼 お浸し みそ汁 蒸ようかん	ご飯 ピーマン肉詰め 大根サラダ すまし汁 チーズまんじゅう	ご飯 豆腐かさね焼き 切干し煮 みそ汁 ミルクくずもち
15	16	17	18	19	20
フレグランス風呂			ゲーム大会		カラオケ
ご飯 さばの立田揚げ ごまず和え けんちん汁 フルーチェ	ご飯 スタックロール おひたし すまし汁 カスタードプリン	ご飯 豆腐だんご 青菜ソテー とろろ昆布汁 ヨーグルトゼリー	ご飯 旨煮 ツナサラダ すまし汁 おやつツキガ	ご飯 ミートボール なめたけあえ にら玉汁 おやつツキガ	わかめご飯 肉野菜いため 大根煮もの みそ汁 抹茶プリン
22	23	24	25	26	27
のぞみ農園活動（畑作り、苗植えつけ）					
ご飯 鶏の照焼 マカロニサラダ みそ汁 ももゼリー	ご飯 豚肉つつた揚げ 卵の花煮 すまし汁 みかんゼリー	ご飯 キャベツメンチ お浸し すまし汁 かぼちゃようかん	ご飯 豆腐ハンバーグ しらす煮浸し かき玉スープ ココアプリン	ごはん かきあげ 甘酢つけ すまし汁 フルーツヨーグルト	ご飯 五目豆腐炒め はるさめサラダ みそ汁 ヨーグルトゼリー
29 昭和の日	30 国民の休日				
ラジオ体操		◆行事に参加希望がある時は、 職員にお伝えください。 ◆予定は変更することがあります。			
チャーハン 春雨の酢物 ワンタンスープ 杏仁豆腐	肉うどん ちくわの磯辺揚 げ お浸し さつまいもプリン				

指定管理者変更について

神栖市社会福祉協議会における、神栖市デイサービスセンターのぞみの指定管理が平成31年3月31日をもって終了する運びとなりました。ご利用者の皆さまには、指定管理者期間中に多大なご支援を賜りましたこと、心より感謝申し上げます。

4月より管理者は（有）ミナト交通さんに変更いたしますが、引き続き安心してのぞみをご利用いただけますようお願いいたします。

略儀ながら書中をもってご挨拶とさせていただきます。

**新管理者：(有)ミナト交通 千葉県銚子市川口町2丁目6385番地の44
デイサービスのぞみ 管理者 仲村 サービス管理責任者 小川・小澤**

編集後記 『暑さ寒さも彼岸まで』のことばどおり、

春の訪れを実感するようになりました。

春は卒業や門出など変化の多い時ですが、どんな出会いがあるか楽しみです。もうすぐ元号が新しいものになります。気分一新でよい一年にしていきたいと思います。（草野）