

# 月刊 いなかわ福祉会だより

【発行者】  
社会福祉法人 いなかわ福祉会  
秋田県湯沢市川連町  
字平城下 14 番地 3  
電話：0183-42-2557  
FAX：0183-42-2541



いなかわ福祉会 栄養士からのお知らせ

## 夏の風物詩を楽しむ

デイサービスでは、今夏の猛暑を吹き飛ばそう！というこ  
とで、一週間おやつでかき氷を  
提供しました。

イチゴ味や練乳金時を楽しみ  
ました。かき氷は老若男女問わ  
ず夏の大好物のおやつですの  
で、利用者の皆さん終始笑顔で  
楽しいおやつタイムとなりました。



また、今が旬の夏野菜は、体  
を冷やしてくれる作用の他、疲  
労回復や抗酸化作用のあるビ  
タミンが豊富に含まれていま  
す。また、旨味が多く、栄養価  
も高いので、夏バテや紫外線に  
よるダメージを軽減させます。  
皆さん積極的に夏野菜を食べ  
ましょう。



夏といえは冷やし中華！

土用の丑 うなぎの蒲焼



土用の丑 ミキサー食です



## シヨートステイ リニューアル

6月より行っておりました  
ケアセンターシヨートステイ  
の改修工事が全て完了しまし  
た。アイランド型のカウンター  
キッチンに改修、リビングと全  
居室の壁紙を張り替えました。  
統一感が出て落ち着いた雰囲気  
でお過ごしいただけます。



リビング

居室

## レシピ



### 鶏肉の 梅醤油焼き

- ① 鶏肉の皮目の方を包丁かフォークで数か所つつく
  - ② 醤油・みりん・酒・ペースト状に叩いた梅をあわせて①を漬ける
  - ③ フライパンに油を引き、汁気を切った鶏肉を焼く
  - ④ 火が通るまで両面をよく焼く
  - ⑤ 下味の②を小鍋に入れ、しっかりと加熱する
  - ⑥ 焼きあがってカットした鶏肉に⑤のタレをかけて完成
- ※漬け汁に刻んだ大葉を入れるとさわやかさがアップします  
※漬けた後に薄く片栗粉をまぶしてから焼いてもOK！

## 編集後記

今年の夏も厳しい暑さが続き、体調管理が大変ですね。コロナウイルスの感染症対策も続く中、東京オリンピックが開幕となりました。施設の利用者さんと一緒にテレビの前で選手を応援しながらこの夏を楽しみたいと思います。

今回は私が担当しました！

栄養士の 高橋 です



【行事・広報委員】  
高橋 桃子