

## 居酒屋 春庵



4月14日から17日にかけて、恒例の居酒屋を開催しました。ご利用者の皆様に、ゆったりとした時間を過ごしていただくことはもちろん、感染症対策の観点からも、1日あたり2ユニットを対象に4日間にわたり開催いたしました。今回は春の居酒屋ということもあって、外出ができない状況が続いている中、室内でも春の訪れを感じていただけるように、会場となった2階交流スペースには、桜の切り絵など春いっぱいの飾りつけも行いました。料理も事前のアンケートをもとに、春を感じる品々をご用意しました。一番人気はやっぱりお寿司。今回は趣向を変えて『手まり寿司』で春らしさを演出しました。また、普段の食事では提供が難しい天ぷらも、今回は“揚げたて”にこだわり、その場で揚げた海老とたらの芽、桜麩を『天ぷら3点盛り』にし、さっぱりとした抹茶塩を添えて提供しました。その他にも、じっくりと煮込んだ『おでん』や焼きたての『やきとり』、『特製だし巻き玉子』に『たこ焼き』といった定番メニューに加え、新メニューの『春野菜のあんかけ塩焼きそば』やデザート『桜プリン』などバラエティーに富んだメニューの数々を召し上がっていただきました。ご利用者様からは「もうお腹い～っぱい。満足満足」という声や「お寿司をもうちょっとおかわりしたい!」という声が聞かれました。カウンター席に座られたご利用者様からは、「ここで天ぷら揚げしてくれると?」と目の前の天ぷらが揚がる音にワクワクされていた様子で、食材や料理について質問されるなど、その一部始終を興味深そうに眺められていました。皆様思い思いに夕方のひと時を楽しんでいただけたようです。ご利用者様が食事を通して、笑顔あふれる楽しい毎日を送っていただけるよう、今後も様々な催しを計画中です。



## 花粉症は5月も要チェック！

花粉症のピークは、一般的に2月～4月と思われていますが、

**意外と量も種類も多いのが5月です！**

**※気を抜かず、しっかりと予防しましょう！**



★九州はスギの人工林の面積が多いので、**5月はスギ・ヒノキ・イネの花粉**がダラダラと飛散します！

花粉名	1月	2月	3月	4月	5月
スギ					
ヒノキ科					
イネ科					

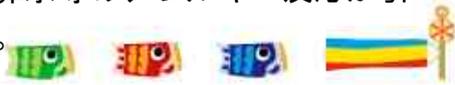
### ◎花粉症と、そのメカニズム

花粉症とは、鼻腔内に入ってきたスギ等の植物の花粉に対する免疫反応によって、鼻水等の症状を引き起こされる事です。

(アレルギー性鼻炎とも呼ばれます。)

### ◎メカニズム

アレルゲンが鼻腔内の粘膜に付着すると、体内に抗体が作られ、マスト細胞という細胞に結合します。その後再び、アレルゲンが侵入すると、マスト細胞からアレルギー誘発物質が放出され、鼻水等のアレルギー反応が引き起こされます。



### 花粉を悪化させないコツ！

花粉を避けることが基本中の基本です。外出時にはマスク・メガネで鼻や目をガードし、帰宅後には、洋服などに付着した花粉を落として家に入ります。**さらに、帰宅後すぐうがい・手洗いと、できればシャワーを浴びると、より効果的です。**また、室内は、掃除と空気清浄機で**極力排除する**といった対策が有効です。

## 栄養課 新人紹介



10月より栄養課に勤務しています。9月に佐賀へ引っ越してきたばかりで、まだ分からない事も多いので、休日は新しい道を覚える為にドライブしたり美味しいお店を探したりしています。皆さんにご迷惑をかけない様に、早く仕事を覚えて頑張ります。宜しくお願いします。

内田 美帆 (うちだ みほ) さん



4月29日 昭和の日

- ・豆ごはん
- ・かき玉汁
- ・刺身(すずき、サーモン)
- ・くじらと筍煮
- ・スパゲッティーサラダ

## くすユニット誕生会

4月12日に、4月生まれのお誕生会を行いました。ミキサー食から普通食まで、全ての利用者様が同じものを食べられるように、ティラミスを作りました。皆様「美味しいねー」と、きれいに食べてくださいました。和気あいあいとした、楽しいお誕生会になりました。



社会福祉法人 春陽会

特別養護老人ホーム 春庵

短期入所生活介護 春庵  
居宅介護支援事業所 春庵

通所介護 春庵  
訪問介護 春庵

Tel 0952-31-0711(代表)

Fax 0952-31-0721

HP 右QRコード、または<http://www.2006shunan.sakura.ne.jp>





# おしながき

## お料理

・小鉢3種盛

・おでん

牛すじ うずら卵  
厚揚げ 丸天  
ちくわ じゃがいも  
たけのこ ふき  
こんぶ

・天ぷら

海老 たらこの芽  
生麩

・春野菜のあんかけ

塩焼きそば

・たこ焼き

・出し巻きたまご

・焼きとり3種

とりもも  
みつせ鶏つくね  
牛肉

・豚汁

・手まり寿司

サーモン

たい

えび

たまご

まぐろたたき

※おかわり自由



## お飲み物

・アルコール

ビール

日本酒

ワイン(赤・白)

・ノンアルコール

ビール

りんごジュース

ぶどうジュース

ももジュース

サイダー

コーラ

・あったか〜い飲み物

抹茶 紅茶

ココア