



# ほがらかだより 9月号

## オリジナルうちわづくり



今年度の夏の作品作りとして、ご利用者様にオリジナルのうちわを制作していただきました。白無地のうちわに、様々な絵柄を切り抜いて貼り付けます。

夏祭りや花火などの夏らしい図柄や、涼し気な金魚の絵、水着を着た？ねこちゃんの図柄など季節を感じるものや、可愛らしい図柄が人気です。また絵を描く事が得意な利用者様から、とても可愛いイラストを提供していただき、切り絵に切り抜いてうちわに貼っている方もいらっしゃいます。

切り抜いた図柄を、まずは白無地のうちわの上に並べて、貼る位置を決めます。位置が決まると職員が糊付けを手伝ってどんどん貼っていきます。図柄が足りなくなってくると（需要と供給のバランス？）ハサミで図柄を切り出す職員は大忙しです。



ご利用者様が貼る手順に慣れてくると、どんどんスピードがあがって来るため、職員は焦りながら、時々自分の指も切りそうになりながら貼るスピードに間に合うようにチョキチョキ。。。。

意外と人気があったのが猫ちゃんの絵柄。中には全て猫の絵柄を貼ったご利用者様もいらっしゃいました。

約半数のご利用者様がオリジナルのうちわを作成されましたが、まだまだうちわは残っていますので、寒くなってうちわの出番が無くなる前に「こんなうちわを作りたい！」などのご希望がありましたら遠慮なく職員に声を掛けてくださいね。

介護福祉士 北垣 志郎



# 調理訓練(ラタトゥイユ)



8月8日(月)に、調理訓練を行いました。今回は男性2名、女性7名の計9名が申し込みをして下さり参加されました。この日のメニューは「ラタトゥイユ」です。フランス南部の煮込み料理で、トマト・ナス・ピーマンなどの野菜をオリーブオイルとニンニクで炒め、野菜の持つ水分でじっくり煮込んだお料理です。ウエストでは更にパプリカとズッキーニを加え、見た目も鮮やかな夏野菜たっぷりのラタトゥイユを作りました。



まずは野菜のカットです。見本の切り方をお見せすると、ベテラン主婦の皆様は実に手際良く、次々と野菜をカットしていきます。男性陣も参戦し、ホットプレートとフライパンで切り終えた野菜を炒め始めると、オリーブオイルとニンニクのいい香りが漂ってきます。野菜に火が通ると水分が出てきて、ぐつぐつと煮込んでいきます。塩で味を整え味見をし、ラタトゥイユの完成です。



今回の調理訓練はおまけでもう一品！ウエストの駐車場奥にある畑、「ウエストファーム」で収穫したカボチャで煮物を作ります。デイの利用者様が苗を植え肥料をまき、大切に育てて下さったカボチャを美味しく調理していきます。カボチャはレンジで温め柔らかくすると、簡単にカット出来ました。砂糖と醤油を入れ味見をすると、「お砂糖はいいけど塩が欲しいね」と利用者様同士で相談しながら味付けを決めていきます。味が染みた頃合いで火を止め、カボチャの煮込みも完成しました。

2品が完成しそれぞれの料理を頂きます。あちこちから、「味が良くしみてるね」「おいしいね」と感想が聞かれました。また、「家で台所に立つのは難しいけど、今日みたいに工夫すればお料理ができるのね」と嬉しそうに仰るご様子に、私達スタッフも嬉しくなりました。



ラタトゥイユは調理訓練参加者の方々に召し上がって頂きましたが、ウエストファームのカボチャは当日ご利用の方々にもおやつ時に提供させて頂きました。ホクホクのカボチャを召し上がり、笑顔があふれるおやつになりました。介護福祉士 島 真砂美

## ✿✿✿✿✿✿ 9月の行事予定 ✿✿✿✿✿✿

- ・おやつバイキング 9月16日(金)
- ・デイ職員音楽演奏♪ 9月27日(火)
- ・調理訓練(筑前煮) 9月13日(火)
- ※音楽施設長演奏会♪ 今月検討中です。



発行年月日 令和4年9月1日

発行元 介護老人保健施設ウエストケアセンター 通所リハビリ

〒192-0151

東京都八王子市上川町 2135

TEL:042-654-5511

Fax:042(654)7716

<https://west-care.jp/>