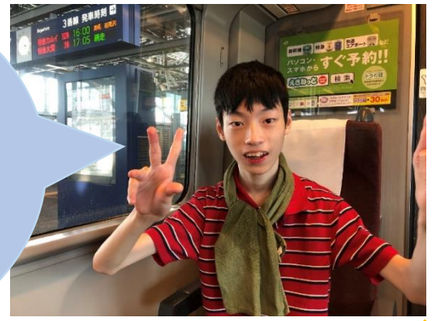
新人紹介

こんにちは。武田信一郎です。音楽が好きです。得意なことはキャッチボールです。楽しいことが大好きです。これからたんぽぽでいろんなことにチャレンジして仲間と一緒に楽しく過ごしていきたいです。

はじめまして、山森文裕です。ゲームをしたり、YouTubeを見たりするのが大好きです。将来、自立生活が出来る様に色々な事にチャレンジしたいです。よろしくお願いします。



職員紹介

四日市市社会福祉協議会総務課から異動になりました２グループの田中祐一朗です。趣味は、プロ野球観戦で１５年来の広島東洋カープファンです。利用者の皆さんが、たんぽぽで安心して笑顔で過ごせるように関わっていきたいと思います。よろしくお願いします。

１グループの宮島有実英です。昨年、結婚に伴い、岡山県から四日市市に引っ越して来ました。趣味は、旅行とおいしいものを食べることです。利用者の皆さんにたんぽぽで楽しい時間を過ごして頂けるよう一生懸命頑張りますのでよろしくお願いします。

編集後記

コロナ禍の中、普段通り生活できることの幸せを改めて感じました。たんぽぽを支えていただいている皆様や今できている事への感謝を忘れず、これからも利用者の皆さんとともに、好きな事をたくさん見つけて毎日、笑顔で過ごしていきたいと思います。

★障害者自立支援施設たんぽぽ★
〒510-0943　四日市市西日野町 4070-1　TEL:059-322-5567　FAX:059-321-8561
Ｅメール　tanpopo@m5.cty-net.ne.jp

令和２年９月２５日 発行

たんぽぽつうしん

厨房だより

「たんぽぽ」での調理の工夫を紹介します。

利用者一人ひとりの嚥下の力が違うため、ペースト食・きざみ食・あらきざみ食・普通食の４つの形態で食事を提供しています。それ以外にも工夫をしている点を紹介します

1. きざみ食には、よりスムーズに食べて頂けるように、はじめからトロミ剤を混ぜるのではなく、その人に合わせた濃度の“トロミ水”を用意しています。パサつく食品には、ムセを防ぐために、介助者が一口一口“トロミ水”を混ぜ、とろみを調整しています。
2. 肉の調理の一例としては（とんかつなど）はスライス肉を使用し、ミルフィーユ状に重ねてとんかつ風にしています。
3. 野菜は繊維質が多いため、生では提供せず、すべて加熱しやわらかくしています。また、口に皮が残りやすい野菜は、皮を除きます。（トマト・キュウリなど）
4. 唐揚げは、片栗粉だけで揚げるのではなく、衣がやわらかくなるように、小麦粉と片栗粉を半々に混ぜています。

＜ペースト食＞

＜きざみ食＞

＜あらきざみ食＞

＜普通食＞

「里芋と高野豆腐の揚げ煮」の作り方

質の良いたんぱく質・鉄分・カルシウムが豊富な「高野豆腐」を使った、人気のメニューです。敬遠されがちな「高野豆腐」も秋の野菜「さといも」と一緒に揚げることで食べやすくなります。

★材料

里芋	30g	しょうゆ	小さじ 1/2
高野豆腐	1/2 個	砂糖	小さじ 1/2
薄力粉	同量で混ぜる	みりん	小さじ 1/2
片栗粉		水	適宜
		揚げ油	適宜

★作り方　里芋と水で戻した高野豆腐に粉をつけて油で揚げます。
調味料を沸騰させて揚げた材料を入れて、からめて出来上がりです。

活動アラカルト

今年度は、新型コロナウイルス感染症に大きく影響を受け、当施設でも感染予防対策を講じました。また、新型コロナウイルスと共存するための新しい活動様式を模索しているところです。現在、施設内での活動が中心で、季節感を大切にし、6月はバスで出かけ海や山の景色を車窓から楽しみました。8月は水を使う活動や夏祭り会を行いました。また支援室のガラス窓には、みんなで作った季節の花々がきれいに咲いています。社会全体の暮らし方が変わろうとする中、環境の変化に対応する事が苦手な利用者様に、より一層配慮し、支援したいと思います。

盆踊り

密を避け、グループごとに盆踊りや金魚すくいなどのゲームを楽しみ、夏祭りの雰囲気を味わいました。

導線の巻紙はがし作業

導線の周りに何重にも巻いた絶縁紙をはがす作業をしています。絶縁紙の端をしっかりとつかみ、引っ張るとクルクル…と絶縁紙がはがれます。この作業を何度も繰り返し、すべてはがすと中からキレイな銅が出てきます。「最後まで頑張ったね」の声掛けで、より一層意欲が出ます。銅は業者（東芝環境ソリューション様）に回収してもらいリサイクルされます。

絶縁紙をはがすと銅が出てきます。

缶回収と缶つぶし作業

天気の良い日は歩き、遠方へは車に乗り「缶回収」に出かけます。回収先には「ありがとうございます」の言葉を添えて、カードを渡します。また利用者は、自分に合った機械（手動、足踏み、電動）を使い、回収したアルミ缶を潰します。根気がいる作業ですが、自分で目標量を決め頑張っています。

カード作り

缶回収先に渡すカードは、利用者と職員で手作りしています。おり紙や新聞紙のカラー刷りの部分をちぎり紙にしたり、ペンで色を塗ったり、字を書いたりして、利用者それぞれの感性で、ステキなカードが出来上がります。

紙すきハガキ作り

牛乳パックを再利用して、紙すきハガキを作っています。牛乳パックを切り分けて、ビニールがはがれやすくなるまで水につけます。ビニールをはがして細かくちぎり、ミキサーにかけてから、ハガキの大きさに漉きます。漉いたはがきを窓ガラスに貼り、かわかす風景は、たんぽぽの夏の風物詩です。素朴な味わい深いハガキは即売商品として、「よっかいち福祉の店」で販売しています。

レクリエーション

ボウリング、的当てゲーム、絵合わせなど、活動の中でいろいろなレクリエーションを行います。中でも人気があるのは、魚釣りゲームです。使いやすいように道具も自分たちで作ります。魚のほかに好きな食べ物のカードを作りました。魚に混じってコーヒーやケーキ、お寿司など自分の好きなものが釣れると、とても嬉しそうです。

趣味的活動

年度初めに、音楽療法・乗馬療法・専用プールの中から一つ選択し、一年を通して活動します。どの利用者も笑顔で、それぞれの活動を楽しんでいます。