

順天寮 広報誌

やまぼうし

〒399-4117

長野県駒ヶ根市赤穂 8200-3 TEL0265-83-2335 fax0265-81-7335

理念 友・愛・絆 「私たちは、毎日の生活の中で共に生きる友として尊重し、
親愛の心を持ち寮全体を深い絆で結び合い、
利用者の幸福の実現と潤いのある施設づくりを目指します。」

発行 No, 19

社会福祉法人 伊南福祉会
救護施設 順天寮
令和7年3月12日



順天寮ホームページ
(伊南福祉会)
<http://inanfukushi.or.jp/>



令和7年がスタートし、1月16日に寮内で新年会を行いました。
運動不足になりがちなのこの季節、ゲームで身体を動かしたり、昔なつかしいお正月の遊びを楽しみました。
利用者の皆さんの和やかな笑顔と笑い声がいっぱいのひとときとなりました。

新年恒例
だるまの目入れ



職員の出しもの
二人羽織は大盛りがり
大笑い!



ふくわらい
力作ぞろい
です



皆さんお待ちか
ねの会食で-す

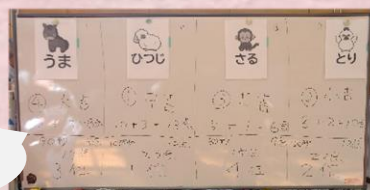


昔なつかし
コマ回し



ランニングマン
足で新聞紙ロール
をたぐり寄せます

結果発表~



教えて！栄養士さん 順天寮の食事のこと

あれこれ

は〜い！

【どんな調査内容ですか？】

順天寮での生活において、食事のことは利用者さんにとって関心の高いことのひとつです。定期的に食事についてのアンケート調査（嗜好調査（こうちょうさ））を行い、その結果について利用者さんにフィードバックしています。今回は、順天寮の宮澤栄養士にインタビューして、昨年9月5日に行なった嗜好調査結果の報告会のことや日ごろの食事のことについていろいろ教えてくださいました。

【報告会はどんな経緯で行なっているのですか？】

この調査は毎年しているのですが、利用者さんに結果はこうだったということを示す必要があると思っています。せっかくしているのだから、利用者さんの思いを聞く機会にもなるし食事に対する意識づけができるといいなと。

【具体的に「煮物は好きですか」「揚げ物は好きですか」等分かりますか？】

「揚げ物は好きですか」等質問内容は何年か同じものを使い給食委員会で傾向や比較を考察して変えています。

【利用者さんにどんなお話をしましたか？】

パワーポイントで作った資料をプロジェクトで大きく映し、見てもらいながら話をしました。主に質問内容の回答結果を昨年度、今年度とグラフにして話をしました。アニメーションをつけることまでしました。グラフは見る機会が少ないので、伝わったかわからないですけど。今回は最後まで聞ける利用者さんが多くいましたね。質問はでませんで

したが、要望はできませんでした。私を見ると「食べ物の人」と覚えられているので「野菜食べているよ」などの反応がありました。

【今後に活かしていきたいことはどんなことですか？】

個々の要求に応えることは難しいので、誕生日ケーキや部屋ごとのリクエストメニューを全員に提供することはできるかなと思って続けています。また、煮物や酢のものも食材や味付け、調理方法で食べてくれる場合もあるので地道に研究します。

また、食事を残してしまった場合は利用者さんの心身のバロメーターとしてみています。私たちも気持ちや体の状態はその時々で違って、食べたいものも変わってきますよね。利用者さんも一緒かなって。健康状態もみなながら普段の食事の様子を見ていきたいと思っています。

【リクエストメニューはどうやって決めていますか？】



【献立も年々変化していると感じていますが、どんな工夫をしていますか？】

年齢で食べる内容がイメージされやすいですが、嗜好調査をしていくと肉や揚げ物は好まれやすいですね。味付けも気にしていて、辛い味付けが好きな利用者さんが多くて、七味や辛味スパイスを個人でかけられるようにしてみました。献立表も時間があるときはイラストを入れて工夫しています。

【色々なお話が聞けました。栄養士さんの仕事は献立表作成以外にも多岐に亘ることがわかりました。私たちの体は

色々なお話が聞けました。

栄養士さんの仕事は献立表作成以外にも多岐に亘ることがわかりました。私たちの体は



食事からできていると言われているですが、改めて食事の大切さを感じるインタビューになりました。

「んら道工
喜も地研
さんべうし
にたようし
皆でえに夫

宮澤秀子 栄養士



イラスト付き
献立表が
かわいくて
好きです！



インタビューー：伊藤

パワーポイントで作ったわかりやすい資料

順天寮 嗜好調査結果

令和5年度・令和6月分年度



好きなもの ベスト5!

- ▶ 1 肉(焼肉・ステーキ)
- ▶ 2 パン
- ▶ 3 からあげ
- ▶ 4 カレー
- ▶ 5 ラーメン

しょくじはせいかつのきほんです!

しょくじでからだがつくられます!

しょくじはけんこうのもとです!

・しっかりと食べてげんきになろう!

▶しょくじはしあわせのもと!

▶みんなでおいしくたのしくたべよう!



献立・調理名一覧表		献立・調理名一覧表		献立・調理名一覧表		献立・調理名一覧表	
31日(火)	1日(水)	31日(火)	1日(水)	31日(火)	1日(水)	31日(火)	1日(水)
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
味噌汁(小松菜、じゃが)	鮎馬かまぼこ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
温泉卵	柿なます	わかめスープ	わかめスープ	わかめスープ	わかめスープ	わかめスープ	わかめスープ
もやしのおかか和え	里芋含め煮	オレング	オレング	オレング	オレング	オレング	オレング
牛乳 200	味噌汁(春菊・厚揚げ)	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
金べ折	ぶりの照焼	カツ	えびドリア	クリームシチュー	ツナサラダ	ミックスフルーツ	ミックスフルーツ
ずまし汁	あざやか梅羊羹	サラダ	フライドチキン	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
デザート	昆布巻き	スープ	トマトスープ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
飲み物	白菜とかまぼこの胡麻	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子

栄養士さんの一言やイラストが楽しい献立表

10月31日 すずらん祭



9月26日 スポーツ大会



思い出のアルバム

あんなこと、こんなこと、あったでしょう〜♪



晴駒会さま、ありがとうございました _(_)_

10月22日 通所事業利用者さん富山へ日帰り旅行



12月28日 かどまつ作り



1月9日 雪の中でどんど焼き



12月 3班に分かれて 忘年会



おしらせ

Instagramをご覧ください！

Instagramを始めてから

1年が経ちました。

日頃の利用者さんの様子や、行事、食事などを掲載しています。

順天寮の雰囲気や伝わる機会に変わっていることを願っています。これからもフォローの皆様とのつながりを大事にしていきたいと思います！



ご協力ありがとうございました

1月に順天寮の敷地周りの樹木の剪定・

伐採を行いました。一部通行止めをさせていただきましたり、作業音などで近隣の皆さまにはご迷惑をおかけしましたが、ご理解ご協力いただきありがとうございました。

廃油せっけん、野菜販売しています

利用者さんが作った廃油せっけんや手芸作品をかつぱふれあい館で、野菜はニシザワ福岡食彩館などで販売しています。廃油せっけんはベルシャイン駒ヶ根店1Fコミュニティコーナーにもおいていただいています。売上金は材料代にあてる他、利用者さんの作業工賃として還元しています。せっけんは寮の窓口でも販売していますので、お気軽にお声掛けください。

おかげさまで好評！



タオル類(新古間いません)の1寄付を歓迎いたします

新しいものはタオルとして、中古品はウエスとして活用させていただきます。いつもありがとうございます。



お聞いません

順天寮Instagram

<https://www.instagram.com/junttenryou>
[u/kyugo?igsh=MzRIODBiNWFIZA](https://www.instagram.com/kyugo?igsh=MzRIODBiNWFIZA)

編集後記



東の仙丈ヶ岳



西の木曾駒ヶ岳

つくってみよう！ 順天レシピ



ラザニア

パスタの代わりに購入しやすいぎょうざの皮を使います。チーズトロトロのあつあつをめしあがれ(^^)

- ① Aの材料でミートソースを作る
- ② Bの材料でホワイトルウを作る
バターと小麦粉を弱火で炒め、牛乳を少しずつ加えてのぼす
- ③ グラタン皿に、ホワイトソース⇒ミートソース⇒ぎょうざの皮⇒ホワイトソース⇒ミートソースの順に敷き重ね、最後に上にピザ用チーズを載せて200℃のオーブンで15～20分焼く



[材料と作り方] 4人分

- ① たまねぎ(みじん切り) 200g
- 豚ひき肉 160g
- マッシュルーム(水煮缶) 40g
- トマトケチャップ 60g
- カットトマト(水煮缶) 160g
- コンソメ 6g
- ② [ホワイトルウ]
- バター 40g 小麦粉 大さじ 8
- 牛乳 600cc 固形コンソメ 1ヶ
- ぎょうざの皮 8枚(ひとり2枚)
- ピザ用チーズ 80g



Aは市販のミートソースを、Bはクリームシチューの素を使えば手軽にできますよ

駒ヶ根市は、日本の屋根といわれる山脈のうち中央アルプスと南アルプスのふたつの山脈のあいだにある伊那谷のほぼ真中に位置しており、毎日この山々を望むことができます。日々をここで暮らしていると忘れがちですが、この景色は他県の見慣れない方々から見ると感動的な眺めだそうです。そういうえばここは、大きな台風や豪雪をこれらの山々が受け止めてくれていることが多く、比較的被害が小さいところudur。改めて自然の恩恵に感謝して暮らしたいと思ひます。