

# 清眺苑通信

社会福祉法人  
特別養護老人ホーム  
清眺苑  
たざわこくし会  
たざわこくし会  
たざわこくし会

平成30年7月号

仙北市田沢湖田沢  
字春山148番地2

TEL:0187-43-9001

FAX:0187-43-9003

## 紫陽花膳のご紹介



夏野菜のポン酢かけ  
茄子 ししとう  
赤ピーマン



季節の果物  
甘夏みかん



モロヘイヤの梅和え

みずの味噌炒め



銀かれないの西京焼き  
しその葉 はじかみ生姜

たこの炊き込み御飯



## 6月4日 なんの

【6(む)4(し)】という語呂合わせで、「むし歯予防の日」と言われています。



ひじきの炒り煮



かき玉汁



銀さけのソテー  
きのこクリームソース



ラディッシュのサラダ

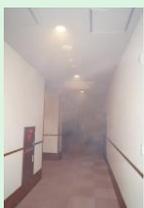
◎歯や骨を強くする為に必要なカルシウムは、小魚や海草類、乳製品に多く含まれます。(きのこクリームソース：クリーム。ひじきの炒り煮：ひじき。)

◎魚介類やきのこ類に多く含まれるビタミンDは、カルシウムの吸収を助ける働きをします。(きのこのクリームソース：きのこ。銀さけのソテー：銀さけ。)

※魚介類の中でも、鮭(さけ)や鯖(さば)は特にビタミンDの含有量が高い

## 防火避難訓練を実施しました

入居者の方々にもご協力をいただき、訓練の開始です。サイレンが鳴り、いつもの施設内に「白い煙」が立ち込めます。訓練といえども、真剣に。訓練は本番のように。本番は、訓練のように。



◎屋内消火栓、取り扱いの確認と放水訓練を行いました。

## 食品の持ち込みについて (お願い)

食中毒予防のために。。

- ①生ものや自家製の調理品の持ち込みはご遠慮ください。
- ②スーパー等で購入した食品はそのままお持ちください。(1回で食べきれぬ程度でご協力ください。)

