

# オ・サーバ刊

令和7年度第8号

11月

発行人：村岡



## 【行事】保育園より“Halloween”👻

10月23日、天候も快晴で予定通り、近くのテラ・ナーサリー・スクールの園児さんが「トリックオアトリート」の大きな掛け声と共に来訪され、演技をご披露頂きました。

園児さんたちの頑張りを見て、皆様楽しまれたり、「ありがとうね」と声を掛けながらおやつを渡す姿が見られました。

## 【報告】ホスピタルライブ

10月7日、全国を巡って活動されている松尾貴臣さんをお迎えし、ホスピタルライブを開催しました。懐かしい歌謡曲や童謡、そしてご自身の歌を通して、心温まるひと時を過ごしました。

ありがとうございました



## 【コラム】旬のかぶを食べよう

旬のかぶは実がシッカリ、甘みがグッと増すよ！  
根には⇒ビタミンC、カリウム、消化酵素  
葉には⇒β-カロテン、カルシウム、ビタミンK

<かぶの選び方>

- ・実が丸く表面に艶があるもの
- ・ズッシリと重みがあるもの
- ・葉がみずみずしく色鮮やかなもの



### 《簡単メニューの紹介、～Let's Cooking！～》

<かぶのポトフ>

材料（2人前）かぶ2個 ソーセージ4本

じゃが芋1個 玉ねぎ1個 人参1/2本  
コンソメの素 1個 水 400cc

作り方：①かぶは葉を切り、皮を剥いて4等分に  
②じゃが芋・人参は一口大、玉ねぎはクシ切りに  
③鍋にコンソメと水を火にかけ、その中に野菜と  
ソーセージを入れる

④塩コショウで調え、

20～30分煮込めば完成！



<かぶの漬物>

材料（2人前）かぶ2個 酢50cc 塩小さじ1/2

砂糖大さじ2 柚子の皮（千切り）適量

作り方：①かぶは皮をむき薄切りにして塩をまぶし、10分置きしんなりしたら水気を搾る。

② ボウルに砂糖・酢を合わせ、甘酢を作る。

③ かぶと柚子の皮を和える

④ 冷蔵庫で30分以上

漬け込んだら完成！



旬の食材は甘みや  
栄養がたくさん！



管理栄養士  
中村

## ～職員紹介～



宿直職員  
田中 由紀夫

お恥ずかしながら数年前、  
結婚式で余興としてジャズ演  
奏をした時の1枚です。

今は楽器を壊してしまいお  
休み中ですが、健康のために  
無理なくジム通いを続けてい  
ます。

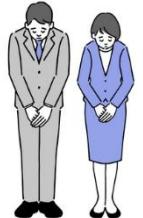
宿直勤務のためお会いする  
機会は少ないですが、どうぞ  
よろしくお願ひします。

## 【連絡】年末年始について

事務所の年末年始のお休みは以下の通りです。

※12月30日（火）～1月4日（日）

預り金やショートステイの送迎につきましては、原  
則お休みとさせていただきます。なお、お休み期間中  
の面会についてですが、面会レベル0（施設でも感染  
症が発生しておらず、近隣でも小学校  
などの学級閉鎖が発生していない）で  
あれば、通常通り面会可能です。その  
他の場合につきましてはご相談下さい。



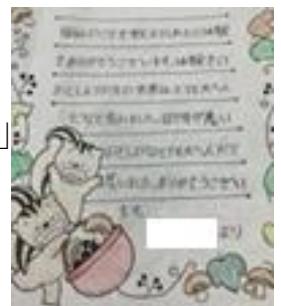
## 【御礼】感謝のお手紙

先月、湯田小学校で行われた高齢者体験の後、  
子どもたちから心のこもったお手紙をたくさんい  
ただきました。

中には「高齢者と自分の体や  
動きの違いに戸惑いました。

福祉の仕事に興味を持ちました」  
素直でまっすぐな言葉もあり、  
私達も胸が温かくなりました。

ありがとうございました。



# 小規模多機能型居宅介護 サービス付き高齢者向け住宅



秋田県から  
こんにちは

毎週のオンラインリハビリは、いつもであれば大阪のインストラクターにお願いしています。

この日は中継がつながったとたんにみんなが「？」。初めて見る顔。

秋田県からの初めてのインストラクターの登場で、いつもと違う雰囲気で楽しむことができました。



## 干し柿作り

今年は利用者様から柿をいただき、みんなで干し柿づくりを行いました。

昨年も行いましたが、やはりみなさんの手際が良く、あっという間にできあがつてしましました。



## バイキングレストラン 開店

食欲の秋らしく、1日だけのバイキングレストランを開店しました。

(元) 料理人も読んで、洋食メニュー中心の食事を楽しんでいただきました。



## ♪特別養護・ショートの様子♪



オサーバ山では紅葉🍁が見ごろになっております。酒器🍶もあります（撮影用なので中身は💧）



## ♪小規模多機能の様子♪



ご家族、ご利用者様に撮影のご協力許可をいただいております。また、集合写真については、一時にマスクを外しております。

### ～編集後記～

巷では“ハロウィン”と叫んでいたのはあつという間で、早いところでは年の瀬の準備という言葉が聞かれるようになりましたね。

物価高で年末年始は儉約（晩酌も…）の流れになりそうです（涙）

複合型高齢者福祉施設 オ・サーバ aoi  
住所：山口市下小鯖 11331-12

TEL: 083-902-1521(代表)  
083-902-1520(小規模・サ高住)

公式  ホーム  
LINE  ページ 