

ケアサービス長谷川からのお知らせ

- ◆感染拡大防止のため**面会制限**をしております。ご理解ご協力をお願いします。
 - ◆運動面から健康を支えるスペシャリスト「健康運動指導士」による**機能訓練**を再開しました。健康維持・増進、介護予防のために是非ご参加ください。



介護の悩み お気軽にご相談ください

株式会社 ケアサービス長谷川  087-851-2916

- ## ◆株ケアサービス長谷川 経営理念

 - ・地域社会に貢献
 - ・人一人を大切に
 - ・創意工夫、日々向上

地図性伝記

(1)利用目的：弊社は貴方から収集した氏名、住所等の個人に関する情報は、アンケートの統計データ作成、弊社からの情報提供のみに利用する目的で収集するものであり、それ以外の目的に利用または提供することは一切ありません。(2)安全確保の措置：弊社では取得した個人情報を漏洩、紛失、改ざん等がないように安全確保の措置を講じます。必要がなくなった個人情報は速やかに廃棄または消去いたします。(3)開示、訂正、削除について：貴方はいつでもご自身の個人情報の開示を請求することができ、開示の結果、個人情報に誤りがあった場合には、当該個人情報の訂正、または削除を請求することができます。貴方が開示、訂正、削除、利用または提供の拒否、利用目的の通知を請求される場合は弊社までご連絡ください。(4)苦情相談について：個人情報に関する苦情および相談については、弊社までご連絡ください。

2025年（令和7年）10月11日発行

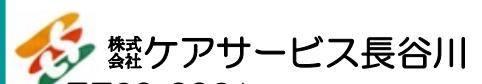
ほほえみ便り

■発行所/株式会社ケアサービス長谷川

10月号
vol.251



グループホームミモザ



760-0061

高松市築地町8-17

TEL : 087-851-2916

FAX : 087-851-0700



<http://careservice-hasegawa.jp/>

グループホームミモザ

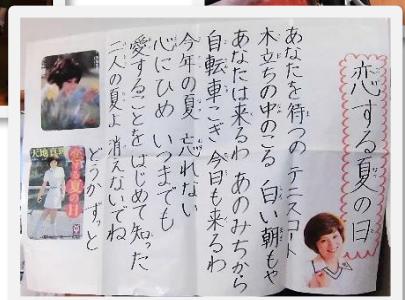
さわやかな秋の風が心地よい季節になりました。皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

さて、今回は当事業所でのレクリエーションの様子をご紹介いたします。

体操教室



懐かしの歌に合わせて
楽しく身体を動かしました。



ヴァイオリン演奏



ご利用者様のご家族様がプロ
のヴァイオリン演奏を披露
してくださいました。



美しい音色を聴いて
ご利用者の皆様も
感動した様子でした。



これからも、ご利用者様とご家族の皆様が安心して毎日を笑顔で過ごしていただけますよう、努めて参ります。どうぞよろしくお願ひいたします。

(記：壺井 晃)

訪問介護事業部

秋も深まり、過ごしやすい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、今回は当事業所から、この季節にぴったりのブロッコリーを使ったレシピをご紹介いたします。香川県の特産品でもあるブロッコリーは、ビタミンCや食物繊維が豊富で、健康維持に役立つ食材です。この機会に食卓へ取り入れて、元気に秋を乗り切りましょう。

野菜たっぷり おかずスープ

タンパク質やビタミン等が摂取できるので、朝食にもいかがでしょうか。



●作り方

- ①大根、人参は乱切りにする。
- ②長ねぎは斜め切りにする。
- ③ブロッコリーは小房に切る。
茎は薄く短冊に切る。
- ④しめじは小房に分ける。
- ⑤鶏もも肉を一口大に切る。
- ⑥鍋に油を熱し、鶏もも肉、大根、人参を加えてサッと炒める。
- ⑦水、コンソメを加えて、ブロッコリー、長ねぎ、しめじも
加えてひと煮する。
- ⑧塩こしょうで味を整え、盛り付ける。

ブロッコリーと 卵の彩りサラダ

茹でたブロッコリーをマヨネーズと和えるだけの簡単
レシピです。彩り豊かで食欲を
そそります。



●作り方

- ①ブロッコリーを小房に分けて茹でる。
- ②ゆで卵をざっくりと潰す。
- ③ブロッコリーとゆで卵をマヨネーズで
和え、ドレッシングをかける。

◆栄養豆知識◆

ブロッコリーは、風邪予防に効果的なビタミンCや、
お腹の調子を整える食物繊維が豊富に含まれています。
また、骨の健康を保つビタミンKも含まれています。



ご利用者様との会話のきっかけにもなる、今回のレシピ。これからもご利用者様一人ひとりに寄り添い、温かいサービスが提供できるよう努めて参ります。

(記：植村 智美)