

**12月7日(日)に「非常食訓練」を実施いたしました。**

参加者29名：ご家族26名&協力施設職員(エフステージ桜馬場さん・介護ハウス花椿さん)3名での訓練の様子を中ページでご覧下さい。

参加して下さった皆様、それぞれ気づきがあったようでした。



α 米は初めて食べました。貴重な経験でした

普段防災に関心はあるのですが実行できておらず、今日は改めて大切だと思いました



日常気にかけていないことの多さに気付きました

ご参加いただいた皆様ありがとうございました♡

**村のごはん新聞1月号**

(十二月の出来事)



①白菜は食べやすい大きさに切り、茹でておく。かにかまも切っておく



②卵と塩をあわせ薄焼き卵を作り、細くきる。①の野菜と薄焼き卵を和え、すし酢と生姜汁を加えよく味をなじませればできあがり。

(4人分)

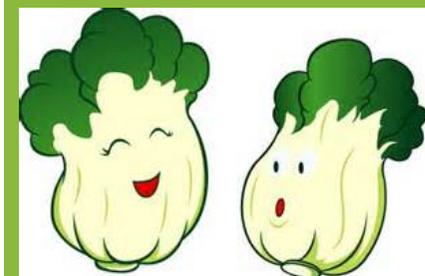
※好みで針生姜を上に飾ってもいいですよ。お鍋もいいけど、白菜で酢のものもいなかでしょうか？



特別養護老人ホーム  
かたふち村  
管理栄養士  
山田 由貴

野菜をもう一品  
白菜の生姜酢あえ

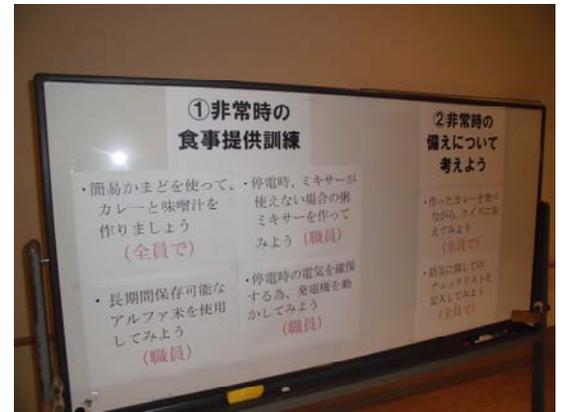
生姜汁	すし酢	油	食塩	卵	かにかま	白菜
好みで	大匙2	適量	少々	1ヶ	2本	4枚



一月の食の予定

1月1日 新年会(多床・ユニット)  
1月3・5・6日 新年会(デイ)

ガソリンを燃料とする発電機は、福祉施設では必需品です!!



災害に備えるには、まずは災害や防災について関心をもつことが第一です。今回の訓練で職員一同より防災についての意識ができました。参加いただいた皆様ありがとうございました。



お湯を注ぐだけでできるα米→

まずは、訓練の流れを説明して、いざ極寒の外へ。今回は電気・ガスが停止したという想定で、カレーと味噌汁をつくってみました。出来上がったら各自で取り分けて試食です。職員は訓練として、ミキサー粥作りと発電機作動を実施しました。その後は防災クイズやチェックシート記入で日頃の防災意識の確認をしましたよ。