

こんにちは、ヘルパーの安川です。  
 今月から新元号「令和」が始まりましたね  
 慣れるまで色々間違えそうですが、良い時代に  
 していきたいですね！私は最近読書にはまっ  
 ています。図書館や古本屋、ネット小説を使用し  
 ずっと読んでいます。  
 主にライトノベルで非現実世界のファンタジー  
 ものが好きで現実逃避しながら楽しんでいま  
 す。  
 だんだん暑い季節も近づいてきているので水分補給  
 はこまめにしていきましょう！

クローバーケアセンター 安川 佳菜



令和元年  
(2019年)  
5月号

vol.105



## 手作りデザート特集



今月の『簡単！一品料理』はデザート特集！食の細かい方や  
 食欲がない方でも食べやすいデザートやおやつ。家庭で簡単  
 に作れてのどが通りやすい健康的なデザートを5、6月号にわたって  
 紹介します。



### レンジで簡単！りんご煮

～りんごをレンジでチンするだけの超簡単おやつ～

材料：りんご1玉、メープルシロップ、またははちみつ

- ①りんごは皮をむいて3～5センチ角に切る。
- ②耐熱容器に①を入れ、端を開けてラップをし  
600Wのレンジで5分加熱する。
- ③熱いので注意して取り出し、スプーン等でりんごを  
混ぜて上下を返す。
- ④ラップをはずして、さらに30秒加熱し水分を飛ばす。



※酸味が強いりんごだと、さっぱりとした味になります。甘さが足りない場合は  
 メープルシロップやはちみつを少しずつかけて、混ぜて食べてみるのも良いでしょう。



安心・安全  
スピーテな対応

訪問入浴・介護タグシー  
のことなら  
おまかせください!!

026968

検索

クローバーケアセンター  
**CLOVER**



### かぼちゃプリン

～プリンでかぼちゃを食べやすく～

材料(二人分)：かぼちゃ50g、牛乳120ml、

生クリーム30ml、砂糖15g、ゼラチン4g、水大さじ1

- ①かぼちゃは皮と種を処理して、2cmにカットする。耐熱皿に並べ電子レンジで  
加熱し、熱いうちにつぶして、裏ごしをしておく。
- ②ゼラチンは大さじ1杯の水でふやかしておく。
- ③鍋に牛乳と砂糖を加え、よく混ぜてから中火で加熱する。
- ④③が温まったら①を加えてよく混ぜる。②を加えて、ゼラチンが溶けたら火を止める。
- ⑤④に生クリームを混ぜて粗熱を取り、トロツとしたら器に流して固まるまで冷やす。

※市販の裏ごし済のかぼちゃを使用すると、手間が省けて簡単に作れます。トロツとするまで  
 冷やし、混ぜてから器に流すと、沈殿せずに均一に固まります。

お好みでカラメルやホイップを乗せると、より豪華なデザートになります。



# 社内研修レポート

## 更衣・オムツ交換の方法



スタッフのスキルの向上を目的に定期的に社内にて研修を行っています。

今回は更衣・オムツ交換の方法を改めて学んだ時の様子をお伝えします。



服は前開きの物にしたり、少しゆとりのあるサイズを選ぶと着脱もスムーズになり、本人や介助する側の負担も軽減できます。



オムツは、しっかりとソケイ部に沿って当てると漏れも防げて、安心感も違います。



更衣は、ご利用者の負担が少なくなるように、体動を少なくすることなどを考え、スタッフ同士の意見交換をしました。

### ★今月の脳トレ★ 漢字穴埋め

中央の□に漢字を一文字入れて、二字熟語を四つ完成させてください。

Q1 消 撃 □ 黙 殿

Q2 一 毎 □ 餐 酌

Q3 匹 天 □ 意 視

※答えは表面にあります。

### ～グループ会社のご案内～



住まいの修復・修繕なら  
ジェイ・シー・アイ



株式会社シイ・アイ・シー



5月の訪問理美容サービス  
7日(火)  
15日(水)  
22日(水)

に実施いたします。

建物の修繕、リフォームなら株式会社ジェイ・シー・アイ、不動産の管理、賃貸なら株式会社シイ・アイ・シーへ。お困りのことがございましたら、スタッフまでご相談ください。



すべての世代が共生できる社会を目指して  
LALLヒューマンホールディングス



株式会社クローバー 東京都渋谷区恵比寿南 2-23-7 エビスパークヒルズ 303



0120-026968



www.026968.com



オフクローバー