

アスモ新聞

2006年3月1日(水)

「人に喜ばれる仕事を!!」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

発行所
在宅介護センター・アスモ

創刊第7号

〒165-0026
中野区新井1-26-4 オスカーマンション2F

☎ 03-5318-4007

「豊作の秘訣」



代表取締役 花堂浩一

先日、ある農家の青年が、「豊作の秘訣」について話しており、その中で、青年が興味深い話をしていました。小さな苗の時に、ぎりぎりまで水を与えない。すると苗は水を求めて必死に根を伸ばし、強い根ができる…。強い根に鍛え上げなければ、豊かな実りがないというこのようです。また今年は、例年になく寒さも厳しいですが、桜の開花は、例年より早くなるそうです。一般的に、冬の寒さが、厳しいほど桜の花も綺麗に咲くと言われています。

私たちは、とかくたわわに実った稲穂や綺麗に咲いた、桜の花の美しさに目を奪われがちですが、わが子の成長を喜ぶように、手塩にかけて育てた作物を収穫する農家の方は、きつとそこに至る過程というものを、人の成長と同じ視点で、見ているんだろうと思います。植物が根を張るのに時間がかかるように、人もじっくりと根を張った人が、最後に成功すると結んでいる。アスモも人間に例えたら、やっつと、幼稚園の年長クラス。いよいよこれからとの気概をもって、よりよい実りが、迎えられるよう、「鍛えの場」へすすんで出て行きたいと思えます。

春の料理



もうじき、桜の咲く時期
なぜか、ウキウキと心が弾みます。
そこで桜のご飯のご紹介です。

★桜ご飯

- 材料 もち米1合 米1合 桜の花の塩漬け30g
水カップ2と1/4 塩小さじ2/3 うま味調味料少々
- 作り方 1.もち米と米は合わせてとぎ、ザルに上げて30分ほど置く。
2.桜の花はさっと水洗いし、たっぷりの水に5分ほど浸して塩抜きをし、水けを絞り茎を除いてみじん切りにする。
3.(1)、(2)、水、塩、うま味調味料を炊飯器に入れ、よく混ぜ合わせて水面を平らにし普通に炊く。



★さわらの鍋照り焼き

- 材料 さわら切り身4切れ おろししょうが少々
サラダ油大さじ2
- 【漬け汁】醤油大さじ3 みりん大さじ3 酒大さじ1
【たれ】醤油大さじ3 みりん大さじ3 酒大さじ1
- 作り方 1.さわらは水気をふいて漬け汁に30分漬ける
2.たれを作る。みりん、酒を小鍋に入れ、強火で泡立つまで煮立ててアルコール分をとばし、醤油を加えて艶よく、トロリとなるまで焦がさないように煮詰める。
3.フライパンに油大さじ2を熱し、さわらの表から、表2分、裏返して3分を目安に焼く。にじみ出た油は紙に吸わせて取る。
4.たれを(3)にかけて火を止める。
- ハイ、出来上がり (^_^)☆ 佐藤



詩のご紹介



ひなまつり

ひなまつりは桃の節句です
私の家には七段飾りの
おひな様があります
ひなまつりの頃になると
必ずかざります
私が小さいときからあるので
古いけどやさしい
顔をしています
少しこわれかかっているけれど
なつかしいです
三月三日は耳の日でもあります
今年のみずほちゃんの初節句です
武藤真由美

真由美さん、

とっても可愛くて素敵な詩を有難うございました

シリーズ 私のドラマ

アスモでは毎日毎日たくさんのご利用者さんとそのご家族の方々と関わらせていただいております。その中でのごくことを「私のドラマ」と題して赤裸々に綴らせていただきました。特に「お叱りの言葉」や「困難事例」を中心にアスモのスタッフ・ヘルパーが「考えたこと」そして「具体的に取り組んだこと」がまとめてあります。

『感謝すべきお教え!!』

初めてヘルパーとしてお仕事をさせて頂いた時の事です。介護に対する志だけで、学校で学んだ知識以外、右も左も分からない頃でした。『こんにちは！アスモの玉城です。宜しくお願いします。』私なりに一生懸命させて頂こうという気持ちで、ご挨拶をさせて頂いた時です。『その笑顔は作り物じゃないのか!』と言われ・・・頭が真っ白になりました。それが〇〇さんとの始まりでした。毎度のごとく、お食事をして頂けなかったり等。それでも先輩にアドバイスをもらいながら訪問させて頂きました。その過程の中で〇〇さんと私の中で何かが変わり始めました。それまでは、様々な事を考え込む事もありましたが、美空ひばりさんの歌と一緒に歌って下さった時に少しだけ心が通じ合えた気がしたのです。今、振り返ると私を育てて下さった先生でした。感謝の気持ちを忘れずにいたいと思っています。

こんにちは～
玉城で一す!



玉城

アスモ掲示板

★ヘルパーさん、大募集です。私たちと一緒にアスモで楽しく働きませんか!! (*^.^*)

★19年度の介護福祉士実技免除講習会場の一覧をアスモで掲示していますので遊びに来てね (^_-)☆

今月のコラム

お酢を活用してみよう!

電子レンジ

酢水をチンしてニオイとヨコレをきれいにさっぱり!

①耐熱容器に(酢と水同量)をカップ一杯入れラップをかけずに2〜3分加熱する。

②余熱があるうちに、ぬらして固く絞ったおそうじクロス(超極細の合成繊維)

ぞうきんで拭きます。

(こびりついた油は、重曹を湿ったおそうじクロスにつけてこすってみましょう!)その後、水拭きしてください。

電気ポット(水アカ分解)

10倍ほどに薄めた酢水を沸騰させて一時間ほど放置。

その後、酢水を捨てて水でよく中をすすぐ。こびりついているカルキは、「激落ちくん」などで、こする。(注ぎ口も忘れずにお掃除)

コーヒーメーカー

10倍ほどに薄めた酢水をタンクのメモリいっぱいまで注ぎコーヒーなしでドリップする。

酢のニオイが消えるまで、2、3回水だけでドリップする。

(水アカを溶かして目詰まりも解消されます)

キッチンの拭き掃除

ボウルや洗面器に半分くらい水を張り重曹1/4カップ、酢大さじ1ほど(だいたいで大丈夫!)

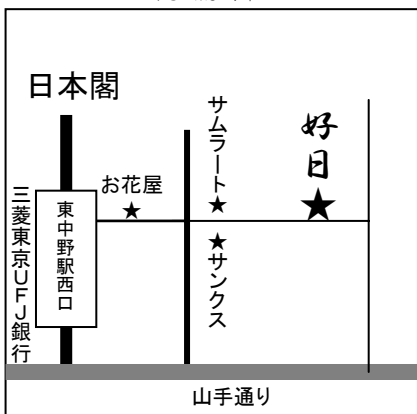
よくかき混ぜて、ふきんをすすぎます。それで冷蔵庫の中やガス台まわりなどを拭けば、すっきりします。殺菌作用もあります。仕上げに水拭きしてOK!



増野 恵

中野の仲間

お店紹介



〒164-0003
東京都中野区東中野1-53-7
MKハウス1F
TEL 03-(3369)5914

らあめん・つけめん

好日

KOUJITU

食麵
膳汁

営業時間 11:30~14:30
18:00~21:00
日曜日定休

東中野駅から徒歩1分程にある好日さん。

雑誌などで何度も掲載されているのでご存知の方も沢山おられると思いますが、こちらの店主の方は女性ならではの繊細なアイデアで多くのお客様の心をキャッチされています。

私自身、知人から紹介されて好日さんの大ファンになりました。初めて店内に入ると美しいオルゴールの音楽が流れ、心身ともにリラックス。手際よく美しい食器に盛られた麺。化学調味料を使用せず天然のだしだけで作られた身体に優しい和風だしスープ。麺は店主の作った自家製卵麺。麺のメニューは、つけめんと、らあめんがあり、トッピングも出来ます。餃子やおつまみも美味しいですよ。一度いただくと忘れられない味となり、毎日でも行きたくなくなってしまふ、そんな心身ともに満足いく素敵なお店です。女性一人でも入りやすく、バリアフリーのお店です。

アスモの好日大ファンより