

ヘルパーさんのレシピ

豚肉とキャベツの辛み炒め

材料 (二人分)

■豚もも肉	160g	■酒	少々
■キャベツ	140g	■にんじん	40g
■きくらげ	4切れ	■しょうが	少々
■サラダ油	小さじ1強	■酒	大さじ2/3
■しょうゆ	大さじ1	■豆板醤	適量

作り方

- 1 豚肉は一口大に切り、酒をふる。
- 2 キャベツは大きなの短冊に切り、にんじんも短冊に切る。
- 3 きくらげは水で戻し、一口大に切る。
- 4 フライパンに油を熱し、しょうがのみじん切りと豚肉を炒め、肉の色が変わったら、2を入れて炒め、豆板醤と3も加え、酒としょうゆで調味する。

辛みはお好みで、食欲増進で、香物強めそたっぷりとれますよ。

移動するという動作は私たちの生活にとても重要です。移動することで日常生活をスムーズに過ごせ、生活や楽しむ幅を広げることができます。もちろん、「車いす」による移動でも同じです。「良い車いす」は、使う人、介助する人の身体や心の負担を減らし、活動範囲を広げ、生活の質を高めてくれます。

車いすには、介助者が操作する「介助型」、自分で操作する「自操型」、電力で動かす「電力型」などの種類があります。また、シートの幅や高さなどのバリエーションも増えています。使う人の身体

では、「良い車いす」って
どんな車いすでしようか?
「良い車いす」の条件とは①
使う人の身体に合っているこ
と、②使用目的に合致してい
ること、③生活環境やライフ
スタイルに合っていることで
す。「良い車いす」を使用す
れば、日常生活に必要なさまざ
まな動作がスムーズに行え、
活動範囲も広がります。そし
て、「閉じこもり」の防止や
「生活の質」の向上にもつな
がります。

スタッフの
オススメ



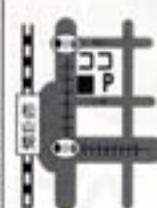
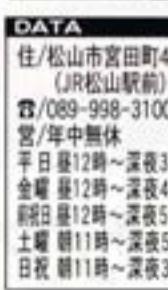
車いすでも気軽に!

カラオケ・ワオ



車いすの方は、カラオケに行きたくても通路やトイレの不安から出かけにくいもの。そんな悩みを解消してくれるのがこのお店です。広々した部屋、手すりのついたトイレ…そのうえ、業界トップクラスの保有曲数85,000曲だから懐メロだって選び放題。年輩の方にも大人気のカラオケボックスなのです。

歌ってのどが渇いたら、生ビール330円など飲食メニューもいろいろ。利用料も平日の18時までなら会員30分110円など、とってもお得です!



オープニングスタッフ募集

デイサービスセンター松前 7月開設

■募集要項■

職種	勤務形態	勤務地	資格・その他
介護職員	常勤	松前・石井・山越	問わない
看護師	常勤	松前	正・准看護師
	非常勤	松前・石井	正・准看護師 ※週2日程度。日給10,000円
相談員	非常勤	松前・石井	社会福祉士・社会福祉主事 ※週2日程度。日給8,000円
理学・作業療法士	常勤	松前・石井・山越	理学・作業療法士 10名
運転手(女性可)	非常勤	松前・石井	1日3~4時間程度

※書類選考→一次面接→石井にて二次面接→採用(6月中旬～順次勤務)
※履歴書に希望職種・勤務地を記入の上、下記へ郵送下さい。6/2〆切
※送付先：〒791-8013 松本市山越5丁目9-6

ベストケア株式会社松山支部 デイスタッフ募集係
お問い合わせ…☎089-911-0101(木本)【Email】info@best-care.jp

7月中旬、松前町北黒田に、ベストケアニアーサービスセンターがオープンします。それに伴い、松前店他直営3店の職員を大募集！ますます需要の高まる介護福祉の仕事で、社会に貢献してみませんか？「利用者の皆さんを幸せに。職員も幸せに」がモットーの明るく活気あふれる職場です。

求む!!

理学・作業療法士

現状の仕事に疑問を感じている方、もつと大きな規模の仕事がしたいと考えている方、ベストケアディサービスセンターは、機能訓練のメニューはもちろん、サービスの企画・施設の運営にいたるまで、自分の自由な発想が生かせる職場です。

また、将来、フランチャイズの加盟店が増えるに従つて、自分が考えたりハビリのシステムが、全国の利用者さまの支援に役立つことも夢ではありません。自分の力を試してみませんか。詳しくはHPを御覧下さい。

隻の船とともに出航中5回のセールがう。セール根のグリット付根が外れたりして陥る時などには、エンジンを走らせるのではなく、機走で逃げるのだ。航海上のアクシデントは、エンジン故障や操縦装置の故障、機器の故障などである。これらの原因で、機走で逃げる場合がある。

ただひたすらに風呂に入りたい！
伊予三島を経て母港三津港に向かう。三津沖で引潮に漁され松前沖を漂流。意地でもエンジンは使わないぞ！満ち潮に乗り無事入港。ここに太平洋横断を完航。実に41日間。実行程は40000マイル。
NTT退職と還暦記念で期した航海は完成し、感無量！良き日々であつた。テレビや新聞で全国放送され、講演会も各地でおこなつた。
今は、足を痛めデイサービスに通つてゐるのがウソの七八である。

『平成4年5月2日ハワイホノルルを出発。41日間にわたり、63歳でヨットでの太平洋横断に成功した北さんの航海日誌より』

5月26日、アクシデントは突然やつてきた。エンジンから黒煙が吹き出した。オーバーヒートか、いやそんなことはなさそう。マフラーが製は羽根が脱落。プロペラにロープとビニールが巻き付いた甘いだ。太平洋のど真ん中に漬網とは、海の汚染が無念である。エンジンは嵐と出入港のみに使う。

体験であつた。石槌山に雪が降つたとの報
がアマチュア無線の松前町出
身・仲神氏から。“6回目の定期連絡であつた。
5月30日より温かな貿易風
で快適にセーリング。そこで
「貿易風」で一句。
風がさへやきをがら進つて来る
ワイキキのうたかたの夢白さ
飛び魚の連れ帰りたや貿易風
6月14日、紀伊水道から瀬戸内海へ。高松港へ初入港。
入国手続きの検診を受く。
ご苦労様!今河を望むか。