

ゆにしあ通信

014号(2013年6月発行)

“介護者家族の応援団”『ゆにしあ』が贈る食介護の便利帳

家族と食べる介護食

もう1品に! 「じゃがいものめた和え」



おモ子のかわいにも!

“さといも”でもおいしいですよ♪

材 料(4人分)

○じゃがいも 3個 ○枝豆(むき) 80g
{ ○砂糖大さじ 4杯 ○塩小さじ 1/3杯 ○水 30cc } A

作 方

- ①じゃがいもは皮をむき、一口大に切ります。
- ②鍋にじゃがいもとかぶるぐらいの水を入れ、串が通るまで柔らかくゆでます。
- ③茹でた枝豆をすり鉢でつぶし、Aを加えてさらにすり、なめらかな【めた】をつくりまします。
- ④②を③で和えたら完成です。

じゃがいもがしっといなめらかに!

【1人分 : エネルギー 107kcal たんぱく質 3.3g 塩分 0.4g】

ホームページで
詳しい作り方が見れるよ!

お知らせ伝言板

地域の食の相談窓口

“食まるごと相談所”

高齢者の食の困りごとや食介護に関する疑問に“ゆにしあ”がお答えします。相談は無料ですので、お気軽にご利用ください。

- **とかみふれあいセンターさん**
(山形市富神前6番地)
6/25(火) 10:00~12:00
7/23(火) 10:00~12:00

※毎月第4火曜日

介護者家族のための

“介護食教室”開催します!

【日 時】 6/29(土)、7/27(土)、8/24(土)
午前 10時~12時

【場 所】 ゆにしあ立ち寄り相談所

(山形市長町1-16-24 C棟)

【材料費】 800円

【定 員】 5名

詳しい内容はホームページまたはお電話にてお問い合わせください。

【お問い合わせ・お申込み先】

☎023-666-6244

©WANPUG

“ゆにしあ”の現場レポート

立ち寄り相談所オープン！！



カフェに行くように！お買い物帰りに！通院の帰りに！
気軽に“食の介護相談”ができます！

- 退院後の食事について
- トロミ剤の使い方について
- やさしい調理の仕方について
- などなど…

食に関する介護の疑問やお悩みなどお気軽にご相談ください！
管理栄養士の資格を持つ、ゆにしあのトレーナーが対応いたします。

立ち寄り

「食」相談カフェ



相談日

月～金曜日
10:00～17:00

※訪問で不在の場合もあるので、
事前にお電話ください。

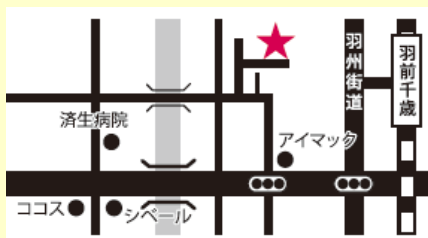
相談料

500円
(1時間程度)



場所

山形市長町 1-16-24C棟



ピンクのおウチです！

アットホームな雰囲気の
ほっこりできる相談所です



ゆにしあでは、ご自宅を訪問しての個別の悩み相談・食事介助と調理のトレーニングや教室での情報提供を行っています。個別訪問や教室の開催について詳しく知りたい方は、“ゆにしあ”にご相談ください。

発行

食事介助と調理のトレーニング ゆにしあ 電話：023-666-6244

〒990-0811 山形市長町 1-16-24 C棟 Email : info@uni-sia.org ホームページ : <http://uni-sia.org/>

ゆにしあでは、ご自宅で介護をされているご家族が負担なく・安心して食事のお世話ができるように、
“トレーナー”を派遣し、ご家庭に合った個別のトレーニングを行うサービスをしています。