



続・フロントのお花

16年前の本欄でフロントのお花について触れました。当時と入替曜日こそ変わりましたが、週替わりのフラワーアレンジメントはずっと続いています。

玄関正面かつエレベーター横という往来の多い場所なので、入替直後の金曜朝食時に入居者様が最も話題にされるのはお花。毎週新しいアレンジメントをチェックしに来られる方もいらっしゃるほど、暮らしの中に溶け込んでいます。

担当のお花屋さんも変わっておらず、これまでいただいたご意見やご感想も逐次反映。以前はモダンな洋花が多かったのですが、「素敵なお花だけど名前がなかなか覚えられない」との声を受け、和花やよく知られているお花が増えました。

開花時期はもちろん、草花が織り成す彩りでも季節感が表現されています。ご来訪の際にはぜひご注目ください。



スタッフ リレーエッセー

ベテランの癒し力

いやし課のりりこと申します。キャバリア・キング・チャールズ・スパニエルという一族で、名前からもおわかりの通り、ご先祖はイギリスから来ました。アウルに勤めて13年、今ではそこそこのベテラン職員です。



いやし課職員 りりこ

食べる事が大好きで、代表や同僚からたくさんお菓子をもらっています。このお給料にお応えし、どんな場面でも自分なりの接遇で入居者様やご家族の皆様を癒すよう心がけています。

事務室で過ごすことが多く、わざわざ入居者様が会いに来てくださることもあります。言葉は話せないものの、長年いろいろなことを見聞きしてきたおかげで、癒しの力は成長しているように感じているのですが、いかがでしょう？

ただ、どうしても犬の習性に抗えず、吠えてしまうこともあります。見逃していただけるとうれしいです。（代筆：池亀生活相談員）

●介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)

アウルコート真駒内

〒005-0016 札幌市南区真駒内南町4丁目5-3

TEL.011-588-1122 FAX.011-588-1133

入居相談受付中 ☎0120-916-768

- 地下鉄南北線「真駒内」駅下車
- じょうてつバス「真駒内駅前」停で真駒内線に乗車（約5分）「南町4丁目」停下車（徒歩約4分）

アウルコート真駒内 <http://www.owlcourt.jp> 検索



みくろうの家 だより

その74
2026年1月

●発行／株式会社私の青い空
●編集／アウルコート真駒内広報室 〒005-0016 札幌市南区真駒内南町4丁目5-3 ☎011-588-1122



正月うなぎ考

代表取締役 武田 治信

改めて思う出来事となりました。

思い起こせば、うなぎの美味しさを知ったのは、遠く親元を離れ学生時代を送っていた頃のこと。母方の叔母が貧しい甥を励まそうと度々夕餉に誘ってくれ、食卓には出前のうなぎが奮発されたものでした。

白米と白身の魚、醤油の焦げた香りは、シンプルにして日本食の最たるもの。初めて口にした時の衝撃は忘れられません。うなぎの姿形から食べず嫌いだったという友人の何人かをうなぎが大好物と言わしめるまでにしたのは、何を隠そう私です。これほどまでにうなぎ好きなのは、先ほどお話しした青春時代の郷愁がスパイスとしてあるからなのかもしれません。

新しい年のスタートに、今年も好物を前に幸福を感じる時間が多くのことを願います。

日本の食文化が守られたと安堵する一方、気候や河川環境の変化などの影響で二ホンウナギが減っている状況は変わらずあります。うなぎの未来を考えると、資源を守りながら、感謝して大事に丁寧に食べるというスタンスを持ち続けよう

日々を彩る食に工夫いろいろ



バランスの取れた食事は、薬と同じように健康を保ち、病気を予防・治療するという「医食同源」の思想。アウルコートでも健やかな生活を送るために毎日の食事が大切と考えています。栄養バランスはもちろんのこと、美味しさにもこだわり、毎日を楽しくする要素として重視して



アウル膳 2025年 冬



普通に美味しいいつものごはん

一般家庭と同じく調理の匂いで今日の献立がわかるオープン



アウル膳 2025年 夏



食材の高騰で献立づくりに頭

や歳時の行事なども考慮して、季節感ある献立をお出しできるように工夫しています。

食器は、施設に多いプラスチックではなく、ぬくもりのある陶器を維持。一方で、多人数でつづいていた鍋料理は、感染症対策から固体燃料の一人鍋となり、現在は火の危険のない大皿で提供。入居者様の状況を見ながら、献立以外のさまざまな面でも常に検討を続けています。



アウル膳 2025年 春



キッチンのアウル。目指すのは、普段は意識されなくても外食すると違いがわかる、いつも普通に美味しい家庭の料理です。

栄養士は、予算内で必要なエネルギー量や栄養素を満たし、多彩な食材がバランス良く摂れて、目でも楽しめる組み合わせに知恵を絞っています。調理師は食べやすい大きさや固さに気を付けながら、切り方などで食材を引き立たせ、食欲をそそる美しい盛り付けに努めています。

食材の高騰で献立づくりに頭



アウル膳 2025年 秋



楽しい毎日は美味しい食事から アウル膳がつづくつた笑顔



アウルの四季彩々日記



●10/11(土)

運動会は白組の優勝

2025年の運動会は釣りゲーム、輪っこ渡し、大玉転がしの3種目。座っての競技のみでしたが、点数を競うとついつい熱が入るので自然と手足が動き、ヤル気も刺激。運動会ならではの効果的にリハビリにもつながりました。



●10/21(火)・22(水)

札幌湖へ紅葉ドライブ

紅葉真っ盛りのタイミングに訪れることができた2025年でしたが、残念ながら2日目は気温が大きく下がり、冷えすぎてあまり散策できず、次回に期待となりました。見ごろと快晴の両方を満たすのはなかなか難しいようです。



●11/26(水)

ストーブで熱々焼き芋

冬の訪れを告げるストーブの炎で、11月はサツマイモを焼きました。今回の品種は「紅はるか」で、企画担当の阿知良係長は「これまでの焼き芋で最高の出来」と絶賛。入居者様からも感無量のOKサインをいただきました。

