

せいび

# がんばっています 済美高校

生活文化コース ★活動報告★  
健康福祉コース コラボしました

## グループホームにお弁当とメッセージを届けました。

1月14日(火)に、3年の生活文化コースの生徒が「愛の家グループホーム」の利用者の皆さんにお弁当を作り、3年の健康福祉コースの生徒とともに、一人一人へのメッセージをつけて届けました。

今回のお弁当作りは、高齢者向けであることから、やわらかめの食材の豆腐に、とり肉・タラ・人参をくわえたハンバーグと、ほうれん草とヒジキをくわえたハンバーグと、二種類つくりました。繊維質を多くし塩分を少なめすることや、ポテトサラダにはカルシウム強化でチーズを加えたりしました。煮物やおひたしやデザートには、旬の食材である、カブ、ホウレンソウ、ダイコン、ミカンを使い、季節を感じてもらえるようにしました。

生活文化コースの伴野優菜さん(長森中)は、「お弁当を作るときに、高齢者の食事についてよく理解している健康福祉コースの生徒の皆さんに、どんな点に注意したら良い食事となるのか相談し、材料を吟味したり料理方法を検討しました。何度も作って、食べて、話し合っ、改善を重ねました。届けて食べてもらったときには涙を流す方もいて、すごく喜んでもらえていることを実感しました。おじいちゃんおばあちゃんの笑顔がとてもステキでかわいかったです。」と話してくれました。



ホウレンソウと人参のハンバーグ



チーズを加えて  
カルシウム強化



掛斐茶のムース



旬のミカンを使った  
ムース

～ 新しい時代を済美と共に ～