

白楽荘デイサービス通信

ふるさと



令和5年
2月22日発行

節分会の様子

2月3日に節分会を行いました。
「鬼は外！福は内！」と元気な掛け声に合わせて
豆まきをしました。
今年も皆様に沢山の福が来ますように～



2月の壁面製作です。皆様が配色を
考えられカラフルな鬼に仕上がっ
ています。元気付けられます👹



笑顔がキラキラ輝いています。





製作の様子



立春も過ぎ、春が待ち遠しいですね。
ある日のレクにて、折り紙で
お内裏様とお雛様を作りました。
皆様、表情を描く際、どうしようか
なと悩まれていました。



奥様へ素敵な土産
が出来ましたね！



ひな祭りの豆知識

～江戸っ子ならひな祭りは蕎麦食いねえ～

東京下町では、ひな祭りにお蕎麦を供える習慣がありました。
ひな人形の前にお供え物をする習慣がある地方は他にも見られ、
女性を暗示する食材（赤貝など）や郷土料理が供えられることが
多いそうです。

お江戸の代表料理といえば、蕎麦だったわけですね。
3月3日は、蕎麦を食べてみてはいかがでしょうか。



白楽荘デイサービスセンター えがお （通所介護）
白楽荘デイサービスセンター ほのぼの （認知症対応型通所介護）
〒206-0042 多摩市山王下1-18-2 TEL:042-376-2942
HP: <https://www.rakuyuukai.com/>
Facebook もご覧ください <https://www.facebook.com/rakuyuukai1968>



3月 えがおデイサービス予定表



月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日	4日
		塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
		洗濯バサミゲーム	紙芝居	みんなで歌おう	音楽療法
6日	7日	8日	9日	10日	11日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
インターネットで楽しもう♪ (クイズ・歌)	音楽療法	シュートゲーム	みんなで歌おう	サイコロトーク	洗濯バサミゲーム
13日	14日	15日	16日	17日	18日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
紅白棒ゲーム	昔遊び	インターネットで楽しもう♪ (クイズ・歌)	連想ゲーム	シュートゲーム	音楽療法
20日	21日	22日	23日	24日	25日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
サイコロトーク	音楽療法	連想ゲーム	お手玉送り	みんなで歌おう	シュートゲーム
27日	28日	29日	30日	31日	
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	
みんなで歌おう	お手玉送り	昔遊び	紅白棒ゲーム	連想ゲーム	

令和5年

3月献立表

白楽荘デイサービスセンター

☆表示されているカロリーに間食は含まれません [今月のイベント] ★ひなまつり 3(金) ★めんの日 4(土) 9(木) 20(月) ★パンの日 17(金) 29(水) ★郷土料理の日 21(火)		1 (水) 527kcal		2 (木) 590kcal		3 (金) 562kcal		4 (土) 594kcal																																											
		ごはん	豚肉の香味炒め	小松菜とツナの煮浸し	かぶとワカメ酢	メロンムース	みそ汁	フルーツパウンド	ごはん	ワカメごはん すまし汁	干草焼き	★具沢山のたまご焼★	空豆ガーリック炒め	スパゲティサラダ	マロンパバロア	フルーツパウンド	桜エビごはん	カレーの煮つけ	うどん酢味噌和え	ポテトサラダ	三色パバロア	すまし汁	スパゲティナポリタン	ブロッコリーサラダ	きのこマリネ	ミックスフルーツ缶	バタージュース																								
6 (月) 520kcal		7 (火) 514kcal		8 (水) 562kcal		9 (木) 513kcal		10 (金) 566kcal		11 (土) 600kcal																																									
シーフードカレー	パプリカときのこ炒め	ごぼうサラダ	赤ぶどうゼリー	ぎゃべつスープ	マーブルケーキ	13 (月) 540kcal	ごはん	舌平目のマヨコーン焼き	ふきの炒め物	ひじきサラダ	ヨーグルトパバロア	豚汁	フレンチクーラー	20 (月) 597kcal	カレーうどん	根菜そぼろ煮	山芋短冊揚げ	マスケットゼリー	芋まんじゅう	27 (月) 561kcal	ごはん	鶏肉の山椒焼き	かぶとツナの煮物	マカロニサラダ	マンゴープリン	みそ汁	バタージュース	2 (木) 590kcal	塩タンメン	シューマイ	ぜんまいナムル	杏仁フルーツ	ごはんとみそ汁	チンジャオロース	さつまいもと切昆布煮	モロヘイヤ生姜和え	あんみつ	みそ汁	ごはん	さんま塩焼き	アスパラと魚介の炒め物	たまご豆腐	チョコパバロア	みそ汁							
14 (火) 524kcal		15 (水) 599kcal		16 (木) 492kcal		17 (金) 590kcal		18 (土) 505kcal																																											
ごはん	海老カツ	さつまいもハニーバター	春菊ツナ和え	だけのご梅マヨサラダ	ザーサイスープ	フレンチクーラー	21 (火) 510kcal	郷土料理 -福岡県-	高菜ライス	八幡ぎょうざ	かめ煮	だご汁	芋まんじゅう	28 (火) 570kcal	ロコモコ丼	りんご缶	★ハンバーグと目玉焼がのっ	ハワイの料理	アスパラソテー	ひじきと豆のサラダ	キャロットスープ	バタージュース	29 (水) 626kcal	三色サンド(サ、ハ、ツ、パ)	きのこオムレツ	フレンチキャベツ	コーヒーゼリー	グリーンピースポターージュ	キャロットスープ	バタージュース	3 (金) 562kcal	ごはん	めばる煮つけ	なす肉みそ炒め	ピピンパ山菜	金時豆	みそ汁	3 (金) 566kcal	ごはん	ピーマン肉詰フライ	いんげん炒め	ブロッコリーのツナ和え	パインムース	コンソメスープ	3 (土) 600kcal	ごはん	さんま塩焼き	アスパラと魚介の炒め物	たまご豆腐	チョコパバロア	みそ汁
22 (水) 595kcal		23 (木) 579kcal		24 (金) 513kcal		25 (土) 522kcal																																													
ハヤシライス	ジャーマンポテト	花野菜サラダ	★花のつぼみの部分	ブロッコリー・カブ・アスパラなど	洋ナシ缶 コーンスープ	抹茶オムレツ	22 (水) 595kcal	ハヤシライス	ジャーマンポテト	花野菜サラダ	★花のつぼみの部分	ブロッコリー・カブ・アスパラなど	洋ナシ缶 コーンスープ	抹茶オムレツ	27 (月) 561kcal	カレーうどん	根菜そぼろ煮	山芋短冊揚げ	マスケットゼリー	芋まんじゅう	27 (月) 561kcal	ごはん	プリゆず照り焼き	南瓜いとこ煮	ほうれん草のザーサイ和え	バナナムース	みそ汁	3 (金) 562kcal	ごはん	ブリゆず照り焼き	南瓜いとこ煮	ほうれん草のザーサイ和え	バナナムース	みそ汁	3 (金) 566kcal	ごはん	肉団子クリーム煮	フレンチほうれん草	黄桃缶	カレースープ	ごはん	鮭のレモンバターソテー	里芋そぼろ煮	チンゲン菜ささみ和え	ほうじ茶プリン	みそ汁					
29 (水) 626kcal		30 (木) 521kcal		31 (金) 509kcal																																															
三色サンド(サ、ハ、ツ、パ)	きのこオムレツ	フレンチキャベツ	コーヒーゼリー	グリーンピースポターージュ	キャロットスープ	バタージュース	29 (水) 626kcal	三色サンド(サ、ハ、ツ、パ)	きのこオムレツ	フレンチキャベツ	コーヒーゼリー	グリーンピースポターージュ	キャロットスープ	バタージュース	30 (木) 521kcal	ごはん	めばる煮つけ	なす肉みそ炒め	ピピンパ山菜	金時豆	みそ汁	30 (木) 521kcal	ごはん	めばる煮つけ	なす肉みそ炒め	ピピンパ山菜	金時豆	みそ汁	3 (金) 562kcal	ごはん	めばる煮つけ	なす肉みそ炒め	ピピンパ山菜	金時豆	みそ汁	3 (金) 566kcal	ごはん	ピーマン肉詰フライ	いんげん炒め	ブロッコリーのツナ和え	パインムース	コンソメスープ	3 (土) 600kcal	ごはん	さんま塩焼き	アスパラと魚介の炒め物	たまご豆腐	チョコパバロア	みそ汁		