

ふるさと

令和5年
3月24日発行

～ 3月の活動を紹介いたします！ ～

デイサービスでは音楽療法の活動を行っており、懐かしい曲を一緒に歌ったり、リズム体操や音楽に関わるクイズなどを行ったりし、利用者の方に楽しみながら心身の活性化をしていただきます。

今回は卒業式の時期でもあるため、音楽療法の先生や職員が学生に扮して寸劇を行い、当時の思い出しました。笑いもあり大変盛り上がりました♪



～ 3月の制作物のご紹介～



～感染対応継続についてご協力のお願い～

コロナウィルス対応が5類に今後変わり、マスクなどの着用が任意に変わってきています。白楽荘在宅サービスセンターでは高齢者が利用される為、万が一感染してしまうと重篤になってしまう可能性の方もあり、マスクの着用を継続しお願い致します。

また引き続き迎え時の検温と消毒を実施し、フロア内は適時換気と密になりすぎないように過ごしていただきます。感染対策を継続しながら利用者の方に楽しんでいただけるよう今後、活動内容も検討して実施してまいります。



郷土料理のご案内



4月の郷土料理は4月20日(木)茨城県の郷土料理です♪

- ・梅ごはん:近年茨城県ブランド梅が普及し食の面でも梅が有名になっています。
- ・さんま鍋:昔からよく捕れるさんまをシンプルな鍋にしています。
- ・蓮根とさつ芋のごま煮:れんこんは丸煮、さつ芋は産出全国1位で茨城は有名。
- ・そぼろ納豆:切干大根と小粒の納豆を醤油で寝かせたものです。
- ・けんちん汁:よく食べられる料理で昔は精進料理で肉は使用しませんでした!



●お薬等の関係で納豆が召し上がられない方は遠慮なく事前にお

お知らせください。代替えの料理をご用意します。





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>


4月
えがおデイサービス予定表


月	火	水	木	金	土
   					1日
					塗り絵 学習 書道自習
					音楽療法
3日	4日	5日	6日	7日	8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
回想法	音楽療法	回想法 ～昭和の話をしよう～	連想ゲーム	インターネットで楽し もう♪ (クイズ・歌)	ペットボトルゲーム
10日	11日	12日	13日	14日	15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
ボール送りゲーム	文字合わせゲーム	クイズ「みんなで 考えよう！」	選べるお楽しみ活動	すごろくゲーム	音楽療法
17日	18日	19日	20日	21日	22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
すごろくゲーム	音楽療法	ジェスチャーゲーム	紙相撲大会春場所	文字合わせゲーム	トロンボーン演奏
24日	25日	26日	27日	28日	29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
連想ゲーム	昭和のなつかしい遊び	回想法 ～昭和の話をしよう～	インターネットで楽し もう♪ (クイズ・歌)	紅白ボールゲーム	歌カルタゲーム

令和5年

4月献立表

白楽荘デイサービスセンター

3 (月)		4 (火)		5 (水)		6 (木)		7 (金)		8 (土)			
				☆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] ★郷土料理 20(木) ★パンの日 4(火) 22(土) ★めんの日 14(金) 26(水)				1 (土) 544 kcal 穴子丼 卵の花 すいきの酢の物 梅ゼリー けんちん汁 麸菓子					
ごはん あさり柳川 じゃが芋と厚揚げのみそ煮 しば漬キャベツ キャラメルプリン すまし汁 ミルクまんじゅう		三色サンド ポークビーンズ 春雨サラダ ミックスフルーツ缶 キャロットスープ ミルクまんじゅう		ごはん さばの塩焼き 里芋そぼろ煮 春菊胡麻和え コーヒーゼリー 冬瓜スープ 紅茶カステラ		ごはん 海老のチリソース 豚肉と冬瓜煮 オクラとえのき和え 黒ごまプリン わかめスープ 紅茶カステラ		ごはん 赤魚の西京焼き アスパラのマヨ炒め 春巻き 菜花ピーナツ和え 吉野汁 マロンババロア		五目ごはん 豆腐のそぼろあん さつま芋の含め煮 めかぶ切干和え ベリーヨーグルト みそ汁 マロンババロア			
10 (月) 537 kcal ごはん 豚肉の甘辛炒め 春菊とガンモ煮浸し きのおおろし かぼちゃサラダ みそ汁 のり塩おかき		11 (火) 586 kcal 菜めし かじき和風ムニエル 茄子おろし煮 ごぼうたらまヨ和え 杏仁豆腐 みそ汁 のり塩おかき		12 (水) 531 kcal ごはん うな玉とじ 南瓜クリーム煮 ぜんまいサラダ いちご お吸い物 白あんパン		13 (木) 636 kcal ポークカレーライス 里芋のバター醤油煮 フレンチブロッコリー 甘夏缶 豆のポターージュ 白あんパン		14 (金) 580 kcal ソース焼きそば シューマイ ピーマンのナムル マンゴー缶 卵スープ チョコバウム		15 (土) 512 kcal ごはん 舌平目レモン焼き もやしソテー ひじきサラダ メロンゼリー ミネストローネ チョコバウム			
17 (月) 563 kcal きのごはん ひらす照り焼き 茄子の味噌炒め きゅうり酢 栗きんとん すまし汁 今川焼		18 (火) 563 kcal ビビンバ丼 冬瓜と空豆のくず煮 いんげん胡桃和え きなこプリン かみなり汁 今川焼		19 (水) 510 kcal ごはん 肉じゃが ふきのソテー ほうれん草のしらす和え ミルクムース みそ汁 ピーナツ揚げ		20 (木) 623 kcal 郷土料理 ~茨城県~ 梅ごはん さんま鍋 れんこんとさつま芋煮 そぼろ納豆 けんちん汁 ピーナツ揚げ		21 (金) 606 kcal ごはん チーズはんぺんフライ じゃが芋コンソメ煮 パプリカのザーサイ和え 三色豆 みそ汁 フレンチクーラー		22 (土) 672 kcal 三色サンド クリームシチュー コールスローサラダ 春雨ソテー 洋ナシ缶 フレンチクーラー			
24 (月) 549 kcal シーフードカレー いんげんソテー さつま芋サラダ ラムネゼリー コンソメスープ 紫芋ブッセ		25 (火) 522 kcal ホタテごはん サーモンムニエル ふきの煮浸し たまご豆腐 フルーツヨーグルト みそ汁 紫芋ブッセ		26 (水) 617 kcal スパゲティミートソース シーフードステーキ きゅうりツナ和え みかん缶 コーンスープ 練乳小豆プリン		27 (木) 512 kcal チャーハン 蒸し餃子 ぜんまいナムル 杏仁フルーツ わかめスープ 練乳小豆プリン		28 (金) 507 kcal ゆかりごはん みそ汁 和風たまご焼き 南瓜オレンジ煮 モロヘイヤ梅かつお和え カリフラワー真砂和え 真砂=たらこ和え カルシウムせんべい		29 (土) 501 kcal ごはん めばるハニーマスタード 切干大根煮 春菊の菊花和え 抹茶ゼリー すまし汁 カルシウムせんべい			