



# ふるさと



令和5年  
9月25日発行

## ♪ 活動の様子 ♪



うさぎ



気温が落ち着き、ようやく秋らしい季節となりました。鈴虫も鳴いていますね。皆様、体調はいかがですか。

先日、レクリエーション活動にて「手話」で「ふるさと」を歌いました。皆様、「手話」に興味深い様子でした。



小魚



釣りし



お母さん



お父さん



お母さん



敬老のお祝いにお花を飾らせて頂きました。今年のプレゼントは、タオルです。皆様、喜ばれていました。



## 敬老会の様子



どじょっこ3人娘  
息ピツタリ!



獅子舞登場!  
皆様の無病息災を願いました。



見事などじょうすくい★  
皆様、引き込まれています。



皿回しに夢中😊

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>

# 10月 えがおデイサービス予定表

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7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
ボール運びゲーム	音楽療法	ジェスチャーゲーム	紙芝居	昭和なつかしの歌	連想ゲーム
9日	10日	11日	12日	13日	14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
紙芝居	クイズ「みんなで 考えよう！」	昭和なつかしの歌	文字合わせゲーム	サイコロトーク	シュートゲーム
16日	17日	18日	19日	20日	21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
輪投げ	音楽療法	文字合わせゲーム	クイズ「みんなで 考えよう！」	ボール運びゲーム	音楽療法
23日	24日	25日	26日	27日	28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
昭和なつかしの歌	文字合わせゲーム	牛乳パック積みゲーム	輪投げ	クイズ「みんなで 考えよう！」	音楽療法
30日	31日				
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	洗濯バサミゲーム				



# 令和5年

# 10月献立表



# 白楽荘デイサービスセンター

2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
536 kcal 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 ぎゃらめるプリン みそ汁 ミルクまんじゅう	670 kcal 三色サンド ポークビーンズ きのこマリネ フルーツ缶 えんどう豆のポターージュ ミルクまんじゅう	613 kcal ごはん さんま塩焼き 里芋と豚肉のみそ煮 ぜんまいごま和え マロンババロア すまし汁 紅茶ケーキ	513 kcal ごはん 海老のチリソース アスパラ炒め オクラとえのき和え 黒ごまプリン たまごスープ 紅茶ケーキ	576 kcal シーフードカレーライス じゃが芋のバター醤油 フレンチブロッコリー 甘夏缶 コンソメスープ 南瓜ババロア	558 kcal ごはん 豆腐そぼろあん さつま揚げとさつま芋煮 めかぶ切干和え ブルーベリーヨーグルト みそ汁 南瓜ババロア
9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)
523 kcal 栗ごはん 千草焼 ずいき煮 ピピンパ山菜 うぐいす豆 みそ汁 のり塩おかき	528 kcal 菜めし かじき和風ムニエル 冬瓜と厚揚げ煮 ごぼう胡麻マヨサラダ あんみつ すまし汁 のり塩おかき	550 kcal ごはん 豚肉の甘辛炒め 春菊とがんと煮 きのこおろし 杏仁豆腐 みそ汁 あんドーナツ	594 kcal 郷土料理 ~岩手県~ 味ぶかし 豆腐の田楽 煮しめ 菊花くるみ和え 小豆ぱっと あんドーナツ	538 kcal 和風きのこスパゲティ ハムカツ いんげんピーナツ和え マンゴー缶 コンソメスープ バウムロール	554 kcal さつま芋ごはん 舌平目レモン焼き アスパラソテー ひじきサラダ メロンゼリー ミネストローネ バウムロール
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)
575 kcal 豆ごはん ひらす照り焼き 茄子みそ炒め きゅうり酢の物 栗きんとん ザーサイスープ りんごカステラ	514 kcal ピピンパ丼 海老アスパラ香味ソテー いんげんクルミ和え オレンジゼリー かみなり汁 りんごカステラ	528 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 きなこプリン すまし汁 ピーナツ揚げ	511 kcal ごはん 鮭の西京焼き ピーマンのマヨ炒め 小松菜ピーナツ和え パンプキンサラダ 吉野汁 ピーナツ揚げ	617 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 抹茶ロールケーキ	672 kcal 三色サンド クリームシチュー 春雨炒め コールスローサラダ 洋ナシ缶 抹茶ロールケーキ
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
555 kcal チキンカレー いんげんソテー 大豆サラダ ラムネゼリー コンソメスープ ふんわりロール	661 kcal ごはん 太刀魚のムニエル 卵豆腐のカニあん 栗きんとん フルーツヨーグルト みそ汁 ふんわりロール	543 kcal えび天うどん 里芋そぼろ煮 チンゲン菜ツナ和え 牛乳寒天 練乳小豆プリン	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	511 kcal わかめごはん 厚揚げの柚子みそ田楽 南瓜オレンジ煮 モロヘイヤ梅かつお和え 水ようかん すまし汁 カルシウムせんべい	511 kcal ごはん 赤魚おろし煮 切干大根煮 レンコンずんだ マンゴープリン すまし汁 カルシウムせんべい
30 (月)	31 (火)	☆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] ★郷土料理の日 ★パンの日 ★麺の日 12(木) 岩手県 3(火) 21(土) 13(金) 25(水)			
597 kcal ごはん サーモンフライ ウインナーとフキのソテー ごぼうサラダ 黄桃缶 トマトスープ ミルク棒	564 kcal ごはん 豆腐バーグのきのこソース ポテトと魚介のバター炒め 豆サラダ きなこプリン ザーサイスープ ミルク棒				