

白楽荘デイサービス通信

ふるさと

令和5年

11月24日発行



白楽荘写真館



11月に入り初旬は暑い日が続きましたが、中旬より急に冬型となり、寒さが厳しくなりました。冬本番になりますと、鍋が恋しくなりますね。くれぐれも体調に気を付けて下さい。

さて、白楽荘デイでは、塗り絵が人気です。今回は、活動の一部を紹介いたします。

いつも賑やかな
お三方です ✨



塗り絵の効果は、脳の活性化、手指のリハビリ、自尊心の再獲得、他者との交流などがあります。

塗り絵持ち帰り用に筒を作りました。使用後は返却して下さい。



※写真撮影の為、マスクを外していただくことがあります。



職員紹介



柴田 篤志（相談員兼介護職員）



9月から入職させて頂きました。在宅での介護は様々な職種を経験し、現在に至ります。今までの経験を活かして、皆様のお役に立ち、一緒に楽しい時間を過ごしていきたいと思っておりますので、これからよろしくお願い致します。趣味でギターを弾くので、機会があれば皆さんの前で演奏したり、一緒に歌ったりと新しいことにもチャレンジしていきたいと思っております。

郷土料理のご案内

12月の郷土料理は11月9日(土)長野県の郷土料理です♪

・駒ヶ根ソースカツ丼:昭和3年創業の駒ヶ根カツ丼の老舗「きらく」の創業者が当時流行り始めていたカツライスなどに着想を得て始めたというものです。

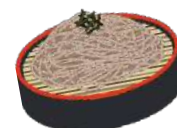


・にらせんべい:小麦粉とニラを混ぜて焼いたものでチヂミに似ています。信州は粉文化であり、東信州ではニラが名産です。



・野沢菜やっこ:野沢菜は、野沢温泉村の健命寺の住職が宝暦6年(1756年)に京都遊学の帰途に天王寺カブを持ち帰ったのが始まりと言われています。

・そば汁:そばは高冷地栽培に適しており、その条件を満たす信州は昔からそばの名産地として知られています。



・牛乳寒天:寒天は長野県茅野市を中心とした諏訪地方で製造される特産品です。



🏠 年末年始休業日のお知らせ 🏠

12月31日(日)～1月3日(水)までお休みです。

1月4日(木)より営業致します。

皆様、お体にお気を付けて良いお正月をお迎え下さい。

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>



12月えがおデイサービス予定表



月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
				ボーリング	言葉作りゲーム
4日	5日	6日	7日	8日	9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
昭和懐かしの歌	音楽療法	洗濯ばさみ掴みゲーム	ボーリング	言葉作りゲーム	ジェスチャーゲーム
11日	12日	13日	14日	15日	16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
玉入れ	言葉作りゲーム	連想ゲーム	昭和懐かしの歌	玉入れ	音楽療法
18日	19日	20日	21日	22日	23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
昭和懐かしの歌	音楽療法	サイコロトーク	言葉作りゲーム	クリスマス会	音楽療法
25日	26日	27日	28日	29日	30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
言葉作りゲーム	洗濯ばさみ掴みゲーム	輪投げ	昭和懐かしの歌	サイコロトーク	ボール送りゲーム

令和5年

12月献立表

白楽荘デイサービスセンター

<p>☆表示されているカロリーに間食は含まれません</p> <p>[今月のイベント]</p> <p>★郷土料理 9(土) 長野県</p> <p>★めんの日 7(木) 18(月)</p> <p>★パンの日 15(金) 27(水)</p> <p>★冬至 22(金)</p>						<p>1 (金) 482 kcal</p> <p>ごはん カレイ煮魚 なす揚げ浸し 白菜酢味噌和え 水ようかん(さつまいも) みそ汁</p> <p>黒糖ケーキ</p>	<p>2 (土) 501 kcal</p> <p>ゆかりごはん お好み焼き風たまご焼 ピーマンソテー きのこマリネ ミックスフルーツ すまし汁</p> <p>黒糖ケーキ</p>
<p>4 (月) 520 kcal</p> <p>ハヤシライス きのこパプリカ炒め ごぼうサラダ 赤ぶどうゼリー きゃべつスープ</p> <p>キャラメルコーン</p>	<p>5 (火) 509 kcal</p> <p>ごはん 五目豆腐焼き 大根とつみれ煮 しば漬キャベツ 白花豆 みそ汁</p> <p>キャラメルコーン</p>	<p>6 (水) 559 kcal</p> <p>三色丼 ずいき煮 ★ずいき = 里芋の茎の部分 マカロニサラダ 甘夏缶 みそ汁</p> <p>ミルクまんじゅう</p>	<p>7 (木) 560 kcal</p> <p>肉野菜ラーメン 海老シューマイ ぜんまい海苔和え 杏仁フルーツ</p> <p>ミルクまんじゅう</p>	<p>8 (金) 539 kcal</p> <p>ごはん 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 すまし汁</p> <p>ウニあられ</p>	<p>9 (土) 657 kcal</p> <p>郷土料理 ~長野県~ 駒ヶ根ソースカツ丼 にらせんべい 野沢菜やっこ そば汁 ミルク寒天</p> <p>ウニあられ</p>		
<p>11 (月) 564 kcal</p> <p>ごはん たらのマヨコーン焼き ふきの炒め物 ひじきサラダ 抹茶パッパロア 豚汁</p> <p>やわらかおかき</p>	<p>12 (火) 550 kcal</p> <p>ごはん きのこハンバーグ かぶクリーム煮 カリフラワー土佐マヨ和え 南瓜サラダ みそ汁</p> <p>やわらかおかき</p>	<p>13 (水) 509 kcal</p> <p>ごはん さばみそ煮 れんこん金平 胡瓜とワカメ酢 マンゴープリン すまし汁</p> <p>枝豆スナック</p>	<p>14 (木) 512 kcal</p> <p>ごはん 豚肉のスタミナ炒め 茄子の信田煮 白滝の真砂和え ☆真砂 = たらこ和え うぐいす豆 みそ汁</p> <p>枝豆スナック</p>	<p>15 (金) 663 kcal</p> <p>三色サンド 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</p> <p>ロアンヌ</p>	<p>16 (土) 515 kcal</p> <p>ごはん 鮭レモンバター焼き 里芋そぼろ煮 チンゲン菜ささみ和え 練乳小豆プリン みそ汁</p> <p>ロアンヌ</p>		
<p>18 (月) 597 kcal</p> <p>きつね月見うどん 根菜と鶏肉のみそ煮 山芋短冊揚げ チョコプリン</p> <p>柚子まんじゅう</p>	<p>19 (火) 568 kcal</p> <p>ごはん さんま梅みそ煮 アスパラ魚介ソテー たまご豆腐 マスカットゼリー すまし汁</p> <p>柚子まんじゅう</p>	<p>20 (水) 593 kcal</p> <p>シーフードカレーライス ピーマン塩炒め ブロッコリーサラダ 洋ナシ缶 コンスープ</p> <p>あんずゼリー</p>	<p>21 (木) 510 kcal</p> <p>ごはん 鶏肉の卵とじ ひじき煮 ほうれん草ザーサイ和え マカロニサラダ みそ汁</p> <p>あんずゼリー</p>	<p>22 (金) 548 kcal</p> <p>ごはん さわら柚子照り焼き インゲンしらす和え 南瓜いとこ煮 ラムネゼリー みそ汁</p> <p>バウムケーキ</p>	<p>23 (土) 550 kcal</p> <p>ごはん メンチカツ アスパラ炒め おから炒り煮 栗きんとん すまし汁</p> <p>バウムケーキ</p>		
<p>25 (月) 554Kcal</p> <p>海老ピラフ タンドリーチキン じゃが芋コンソメ煮 コールスローサラダ クリスマスケーキ トマトスープ</p> <p>黒糖ミルクせんべい</p>	<p>26 (火) 557Kcal</p> <p>ごはん カジキムニエル ごぼうソテー ひじきと豆のサラダ りんご缶 キャロットスープ</p> <p>黒糖ミルクせんべい</p>	<p>27 (水) 669Kcal</p> <p>三色サンド(ツ・ハ・シ) ヨム ポークチャップ フレンチきゃべつ コーヒーゼリー グリーンピースポターージュ</p> <p>プチマドレーヌ</p>	<p>28 (木) 514Kcal</p> <p>ごはん 赤魚煮つけ なす肉みそ炒め ポテトサラダ 金時豆 みそ汁</p> <p>プチマドレーヌ</p>	<p>29 (金) 527Kcal</p> <p>ごはん ピーマン肉詰めフライ 卵の花煮 ブロッコリーのツナ和え 牛乳寒天 みそ汁</p> <p>ふ菓子</p>	<p>30 (土) 568Kcal</p> <p>ごはん ぶり大葉みそ焼き いんげんバター炒め ずいき酢の物 梅ゼリー すまし汁</p> <p>ふ菓子</p>		