

ふるさと

令和5年
12月27日発行



クリスマス会の様子



賑やかに楽しめました。

「見上げてごらん夜の星を」
エアロフォンという楽器で
オーボエの音でメロディ
を奏でています。ピアノとの
ハーモニーが最高でした♪

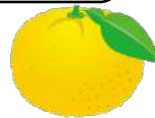
「戦場のメリークリスマス🎄」
うっとり聞き惚れました。



数少ない男性職員頑張
っています！！



冬至の日 ゆず湯



22日は冬至の日です。
ご利用者のお庭になっている
大きな鬼柚子を頂きました。
あまりの大きさにビックリ！
湯舟に浮かべて柚子の香りを
楽しめました。

絵馬作り

来年の抱負や願い事を絵馬に書きました。

「健康第一!」、「家族の幸せ」等皆様、思い思いに書かれていました。新年、デイに飾らせていただきます。皆様、良いお年をお迎え下さい。来年もよろしくお願い致します。



郷土料理のご案内

1月の郷土料理は1月8日(月)秋田県の郷土料理です♪

- ・ハムフライ: 学校給食、おやつなど地域密着のご当地グルメです。
- ・きりたんぼ鍋: 昔、県北地方の木こりや漁師が腐敗を防ぐ為、ご飯を潰し、棒に刺して焼き、山鳥や山菜と一緒に煮込んで食べたのが始まりです。
- ・いぶりがっこ: 大根を囲炉裏の上につるし、焚火で燻製にしてから主に米糖と塩で漬け込んだものです。
- ・いものこ汁: 里芋を主役に地鶏、椎茸、山菜、野菜などの秋の味覚がいっぱいの具沢山の汁物です。

秋田県南部では、毎年秋の実りの時期になると、仲間が集まり いものこ汁を作って食べる「いものこ会」という風習があります。



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>

1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	5日	6日
休み	休み	休み	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
			新年会	洗濯ばさみ掴みゲーム	音楽療法
8日	9日	10日	11日	12日	13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	音楽療法	言葉作りゲーム	昭和懐かしの歌	ボール送りゲーム	紙芝居
15日	16日	17日	18日	19日	20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
洗濯ばさみ掴みゲーム	ボール送りゲーム	連想ゲーム	サイコロトーク	輪投げ	シュートゲーム
22日	23日	24日	25日	26日	27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	輪投げ	連想ゲーム	サイコロトーク	音楽療法
22日/29日	23日/30日	24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			
ボール送りゲーム/ 音楽療法	紙芝居/ シュートゲーム	昭和懐かしの歌/ サイコロトーク			

令和6年

1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>★郷土料理の日 8(月) 【秋田県】</p> <p>☆パンの日 20(土) 30(火)</p> <p>☆麺の日 12(金) 24(水)</p> 				<p>4 (木) 513 kcal</p> <p>ごはん 海老チリソース アスパラ炒め オクラとエノキの和え物 黒ごまプリン たまごスープ 紅茶ケーキ</p>		<p>5 (金) 576 kcal</p> <p>シーフードカレーライス じゃが芋バター醤油煮 フレンチフロッキー 甘夏缶 コーンスープ かぼちゃババロア</p>		<p>6 (土) 558 kcal</p> <p>ごはん 豆腐の鶏そぼろあん サツマ揚げとさつま芋煮 めかぶと切干大根和え ブルーベリーヨーグルト みそ汁 かぼちゃババロア</p>			
<p>8 (月) 487 kcal</p> <p>郷土料理 ~秋田県~ ごはん きりたんぼ鍋 ハムフライ いぶりがっこ いものこ汁 やわらかおかき(のり塩)</p> 		<p>9 (火) 528 kcal</p> <p>ごはん かじきの和風ムニエル 厚揚げと冬瓜煮 ごぼうゴママヨ和え あんみつ あさり汁 やわらかおかき(のり塩)</p>		<p>10 (水) 550 kcal</p> <p>ごはん 豚肉の甘辛炒め 春菊とがんと煮浸し きのこおろし 杏仁豆腐 みそ汁 あんドーナツ</p> 		<p>11 (木) 545 kcal</p> <p>五目ごはん 千草焼 (具入り玉子焼き) ずいき煮 ビビンバ山菜 うぐいす豆 みそ汁 あんドーナツ</p> 		<p>12 (金) 535 kcal</p> <p>スパゲティナポリタン チキンナゲット いんげんピーナツ和え マンゴー缶 コンソメスープ ゆずまんじゅう</p>		<p>13 (土) 514 kcal</p> <p>ごはん 舌平目のレモン焼き アスパラとパプリカ炒め ひじきサラダ メロンゼリー ミネストローネ ゆずまんじゅう</p>	
<p>15 (月) 509 kcal</p> <p>ごはん かじき照り焼き 茄子みそ炒め はるさめ酢の物 いちごゼリー ザーサイスープ りんごカステラ</p> 		<p>16 (火) 514 kcal</p> <p>ビビンバ丼 海老&アスパラの香味炒め 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</p>		<p>17 (水) 528 kcal</p> <p>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 みそ汁 ピーナツ揚げ</p>		<p>18 (木) 511 kcal</p> <p>ごはん 鮭の西京焼き ピーマンの洋風炒め 小松菜ピーナツ和え 南瓜サラダ 吉野汁 ピーナツ揚げ</p>		<p>19 (金) 527 kcal</p> <p>ごはん おでん盛り タケノコみそ炒め オクラなめ茸和え 三色豆 みそ汁 抹茶ロール</p> 		<p>20 (土) 672 kcal</p> <p>三色サンド(ハム・ツナ・ツヤム) クリームシチュー 春雨ソテー コールスロー 洋ナシ缶 抹茶ロール</p> 	
<p>22 (月) 555 kcal</p> <p>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 ミルクまんじゅう</p> 		<p>23 (火) 661 kcal</p> <p>ごはん 太刀魚ムニエル たまご豆腐のカニあん 栗きんとん フルーツヨーグルト みそ汁 ミルクまんじゅう</p>		<p>24 (水) 504 kcal</p> <p>鶏南蛮うどん 里芋そぼろ煮 チンゲン菜のツナ和え ミルク寒天 練乳あずきプリン</p> 		<p>25 (木) 512 kcal</p> <p>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 練乳あずきプリン</p> 		<p>26 (金) 528 kcal</p> <p>わかめごはん 厚揚げの柚子みそ田楽 南瓜きなこミルク煮 モロヘイヤ梅かつお浸し 水ようかん すまし汁 カルシウムせんべい</p>		<p>27 (土) 511 kcal</p> <p>ごはん 赤魚おろし煮 切干大根煮 レンコンずんだ和え マンゴープリン すまし汁 カルシウムせんべい</p>	
<p>29 (月) 517 kcal</p> <p>ごはん 鮭フライ、タルタルソース ウインナーとふきのソテー ひじきサラダ 黄桃缶 トマトスープ おじゃこ揚げせん</p>		<p>30 (火) 652 kcal</p> <p>三色サンド ポークビーンズ きのこマリネ フルーツカクテル グリーンピースポターージュ おじゃこ揚げせん</p>		<p>31 (火) 572 kcal</p> <p>ごはん アサリ柳川風 厚揚げとポテトのみそ煮 しば漬キャベツ キャラメルプリン すまし汁 マロンババロア</p>							