



長津田地域ケアプラザ デイサービスだより

5月号

マスコットの
“ながぴょん”です。

2017.5.1 NO.83

3人のスタッフを紹介します！

4月1日より相談員として入りました

杉田 美穂 (すぎた みほ) と申します。

ご利用者さまが1日楽しくお過ごしいただけるよう、
お手伝いさせていただきます。私は歌を唄うのが大好きです！
どうぞよろしくお願いいたします。



昨年11月1日より運転員として入りました

吉田 安男 (よしだ やすお) です。

早いもので入職してから6カ月がたちました。これからも安全運転
でバスを運行いたします。朝の挨拶など皆様の前で話す事が大好き
です。趣味は囲碁・将棋です。どうぞよろしくお願いいたします。



2月1日より介助員として入りました

田巻 泰子 (たまき やすこ) と申します。

ただいま2人の子育て奮闘中です。
毎日笑顔で頑張ります！ どうぞよろしくお願いいたします。



デイルームの壁飾り



4月のレクリエーションで、利用者の
皆様に「鯉のぼり」や「チューリップ」
「新緑の葉」を工作してもらい、デイ
ルームや廊下の壁に飾りました♪
毎月、2日間実施しているお習字も
季語やお好みの言葉を自由にお書
き頂き、廊下に展示しています！

5月

今月のスケジュール

菖蒲湯(しょうぶゆ)
5月1日(月)～5月7日(日)まで

入浴される方は、
菖蒲湯(しょうぶゆ)
をお楽しみください！

昔から病邪を払う薬草と言われた
“菖蒲”は、長寿や健康を願い使われ
たそうです。
身体を温め、
健康を維持
しましょう！

**理美容サービス
(ヘアカット)**
は、14日(日)

中華バイキング
は、21日(日)



**フットケア
足のマッサージ**
は、21日(日)



デイサービス月間予定表

H29.5月

午前		午後
<p>下記プログラム より選択</p>  <p><プログラム> *カーネーション作り (1日~) *6月カレンダー *風ぐるまの壁飾り (15日~) *敬老会ゲスト用 プレゼント作り</p> <p>*塗り絵 *手芸 *書道 (第3木・金) *パズル *囲碁・将棋 *オセロ *計算・漢字ドリル *その他</p> <p>1日から7日までは 菖蒲湯です お楽しみください</p> 	1 月	鯉のぼりゲーム 
	2 火	
	3 水	
	4 木	
	5 金	
	6 土	ボウリングゲーム  お茶会
	7 日	
	8 月	競馬ゲーム 
	9 火	
	10 水	
	11 木	落しちゃいやよ 理美容
	12 金	
	13 土	ゴルフゲーム コーヒータイム
	14 日	
	15 月	
	16 火	ストラックアウト  
	17 水	
	18 木	落しちゃいやよ 
	19 金	
	20 土	ストラックアウト  
	21 日	
	22 月	落しちゃいやよ 
	23 火	
	24 水	ゴルフゲーム 
	25 木	
	26 金	ストラックアウト  
	27 土	
	28 日	ストラックアウト  
	29 月	
	30 火	
	31 水	

5月22日の第4月曜日は長津田ケアプラザは休館日となります。
 デイサービスは行っております。ご連絡は045-981-7756までお願いいたします。

現 場：長津田地域ケアプラザ
 献立種類：常食(個別献立)
 期 間：2017/5/1~2017/5/31

5月献立表

		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
風食		御飯 鶏照り焼き 煮物 ほうれん草のごま和え 味噌汁	御飯 鮭の焼き浸し 大根の炒め煮 山芋の短冊揚げ 味噌汁	御飯 肉豆腐 ポテトサラダ もやしの甘酢和え 味噌汁	御飯 あじ菘田揚げ ひじき五目煮 果物 味噌汁	筍ごはん 豚肉のさっぱり焼き 里芋の煮物 大根の和え物 味噌汁	御飯 かれいの煮付け 大根のそぼろ煮 もやしの和え物 味噌汁	
		ドームケーキ(こしあん)	プリン	プリン	黒糖まんじゅう	黒糖まんじゅう	いちごババロア	
		I補材 - 651kcal 蛋白質 30.4g 脂質 16.1g 食塩 3.7g	I補材 - 607kcal 蛋白質 25.5g 脂質 15.8g 食塩 3.2g	I補材 - 676kcal 蛋白質 29.1g 脂質 19.4g 食塩 3.9g	I補材 - 616kcal 蛋白質 21.2g 脂質 12.2g 食塩 3.3g	I補材 - 645kcal 蛋白質 25.5g 脂質 18.6g 食塩 4g	I補材 - 589kcal 蛋白質 29g 脂質 9.6g 食塩 3.7g	
風食		御飯 チキンカツ 筍とふきの煮物 ほうれん草の菜種和え 清汁	御飯 サバごま味噌焼き かぼちゃそぼろ煮 果物 かき玉汁	御飯 きのごハンバーグ 金平ごぼう ほうれん草のごまマヨネーズ和え 味噌汁	五目御飯 白身魚の味噌焼き 信田巻の含め煮 白菜のなめ茸和え 清汁	ハヤシライス キャベツのツナ炒め フロッコリーのサラダ コンソメスープ	御飯 鱈の塩焼き なす味噌炒め 胡瓜とカニカマの酢の物 清汁	豚焼き肉丼 さつまいもレモン煮 白菜の和風サラダ 味噌汁
		フルーツポンチ	フルーツポンチ	桃山	桃山	ブッセ	ブッセ	
		I補材 - 589kcal 蛋白質 21.5g 脂質 22g 食塩 3.2g	I補材 - 733kcal 蛋白質 27.3g 脂質 18.7g 食塩 3g	I補材 - 697kcal 蛋白質 20.2g 脂質 21.8g 食塩 3.4g	I補材 - 597kcal 蛋白質 21.5g 脂質 13.2g 食塩 3.9g	I補材 - 706kcal 蛋白質 22.5g 脂質 23.5g 食塩 3.7g	I補材 - 576kcal 蛋白質 24.1g 脂質 16.5g 食塩 2.7g	I補材 - 715kcal 蛋白質 21.8g 脂質 25.1g 食塩 3.3g
風食		御飯 赤魚の粕漬け焼き 厚揚げ葱味噌焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁	御飯 親子煮 竹輪の炒り煮 菜の花ごま和え 味噌汁	御飯 鮭の漬け焼き 炒り豆腐 青菜の酢味噌和え 清汁	きつねうどん わかめおにぎり キャベツの梅風味和え 果物	御飯 鶏の唐揚げ マカロニサラダ もやしの辛子和え 味噌汁	御飯 八宝菜 かにシューマイ もやしのナムル 中華スープ	カレーライス マカロニソテー 豆腐サラダ ヨーグルト
		フルーツヨーグルト	杏仁豆腐	クレープ	クレープ	マンゴープリン	マンゴープリン	フルーツヨーグルト
		I補材 - 559kcal 蛋白質 26.8g 脂質 13.3g 食塩 3.3g	I補材 - 707kcal 蛋白質 30.7g 脂質 20.1g 食塩 4g	I補材 - 576kcal 蛋白質 32.6g 脂質 14.4g 食塩 3.7g	I補材 - 571kcal 蛋白質 13.5g 脂質 6.8g 食塩 3.9g	I補材 - 731kcal 蛋白質 24.7g 脂質 27.5g 食塩 3.2g	I補材 - 622kcal 蛋白質 24.3g 脂質 17g 食塩 3.7g	I補材 - 720kcal 蛋白質 21.3g 脂質 17.8g 食塩 3.2g
風食		★中華バイキング★ 五目チャーハン 鱈甘酢あんかけ 錦糸五目しゅうまい えびと卵のチリソース 麻婆茄子 拌三絲 中華スープ 杏仁豆腐	御飯 鶏肉のコーンマヨネーズ焼き カリフラワーのおかか煮 コールスローサラダ スープ	御飯 プリの照り焼き 切干大根の炒め煮 煮豆 豚汁	御飯 豚肉のカレー粉炒め がんもどきの煮物 白菜のおかか和え 味噌汁	御飯 かれいの生姜煮 ごぼうの炒り煮 白和え 味噌汁	御飯 鶏肉おろしポン酢だれ 南瓜のとうみ煮 フロッコリーの塩昆布和え 味噌汁	御飯 アジフライ もやしの炒め物 なすのおかか和え 味噌汁
		フルーツ	紅葉まんじゅう	紅葉まんじゅう	スイートポテト	スイートポテト	いちごケーキ	いちごケーキ
		I補材 - 1102kcal 蛋白質 44g 脂質 42.6g 食塩 6.9g	I補材 - 627kcal 蛋白質 24g 脂質 24.9g 食塩 3g	I補材 - 769kcal 蛋白質 38.4g 脂質 27.7g 食塩 3.5g	I補材 - 731kcal 蛋白質 26.1g 脂質 26.5g 食塩 3.7g	I補材 - 615kcal 蛋白質 26.5g 脂質 11.4g 食塩 3.7g	I補材 - 581kcal 蛋白質 22.9g 脂質 15.1g 食塩 3.2g	I補材 - 646kcal 蛋白質 20.2g 脂質 20.2g 食塩 3.9g
風食		御飯 鮭のクリーム煮 さつま芋サラダ 野菜ソテー スープ	御飯 ホイコーロー 中華あんかけ卵豆腐 大根サラダ 中華スープ	御飯 肉団子のケチャップ煮 いんげんとエビのソテー 胡瓜のさっぱりサラダ コンソメスープ	御飯 白身魚の生姜焼き 大根の味噌煮 長芋の和え物 清汁	5/21(日)は「中華バイキング」です。お楽しみください。 		
		水ようかん	水ようかん	エクレア	エクレア			
		I補材 - 716kcal 蛋白質 28.3g 脂質 13g 食塩 3.2g	I補材 - 730kcal 蛋白質 24.3g 脂質 22.4g 食塩 3.5g	I補材 - 651kcal 蛋白質 19.4g 脂質 19.9g 食塩 4g	I補材 - 658kcal 蛋白質 27.3g 脂質 23.5g 食塩 3.2g			

※メニュー一部が変更になる可能性があります。ご了承ください。

