



マスコットのながびよんです。

長津田地域ケアプラザ デイサービスだより

7月号

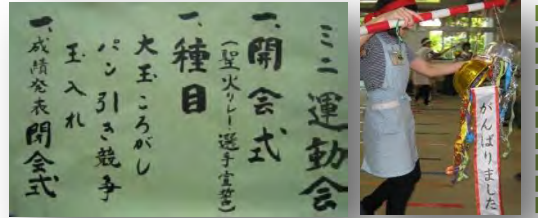
2017.7.1

NO.85



「ミニ運動会」を実施しました！

恒例のミニ運動会を6月16日(金)～22(木)に開催しました。利用者様が一生懸命に頑張る姿に、職員一同、大変感動いたしました。「紅白対抗応援合戦」でも、フレイフレー紅組！頑張れ、頑張れ白組！とデイルームが熱気に包まれ、多くの方が元気になれた1週間でした！皆さま、お疲れさまでした。



選手宣誓



聖火リレー



大玉ころがし



パン引き競争



玉入れ

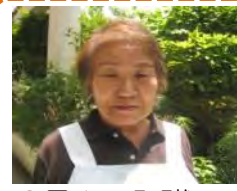


スタッフ紹介



1月4日入職
看護師

木村 富美 (きむら ふうみ) です。入職してから6カ月が経過しました。皆様の健康を第一に頑張りたいと思います。私は卓球好きです。また昔、自宅で子供たちにそろばんを教えていたりもしました。



6月1日入職
看護師

三木 満里子 (みき まりこ) です。2年振りに復帰し、また勤務することになりました。皆さまがその方らしく楽しく生活できるよう支援させていただきます。趣味はテニスです。



6月1日入職
介助員

宮本 菜穂 (みやもとなほ) です。頑張りますのでよろしくお願い致します。私は6歳・5歳・4歳の3人兄妹の子供がいます。趣味はリメイクです。Tシャツを枕に作り直すなど、物の再生が好きです。



夏野菜の調理体験

地域の方より夏野菜をいただき利用者様と一緒に調理して美味しくいただきました。



久しぶりに調理したけど、楽しいわ～！

7月

今月のスケジュール

新しいレクリエーションを始めます！

準備が整い次第、順次開始します。お申し込みは、介助員までお願いします。

麻雀

①12:45～13:45 ②14:00～14:45

カラオケ

①12:45～13:45 ②14:00～14:45

手芸

①10:00～12:00

麻雀牌(マージャンパイ)の寄付 募集中！

ご自宅で、使わない麻雀牌(マージャンパイ)がありましたら、寄付をお願いいたします。

理美容サービス

7月9日(日)ヘアカットできます！チラシをご覧ください！



申込みお待ちしております！

今月のイベントは、『すいか割りゲーム』です。重量当てクイズもあります！お楽しみにしてください。

テイサービス月間予定表 H29.7月

午前	日 曜	午後
<p>下記プログラム より選択</p>  <p><プログラム> * 短冊書き(1日~7日) * 七夕飾り * 8月カレンダー * 壁面(ひまわり) * 天井飾り(すいか)</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> 	1 土	<p>磁石カントリー</p> 
	2 日	
	3 月	
	4 火	
	5 水	<p>歌の会 (ピアノと歌唱)</p> 
	6 木	<p>あいこでポン</p> 
	7 金	
	8 土	
	9 日	<p>理美容 (9日)</p>
	10 月	<p>ゆすってシュート</p> 
	11 火	
	12 水	
	13 木	<p>ボーリング</p> 
	14 金	
	15 土	
	16 日	<p>うなぎ釣り</p> 
	17 月	
	18 火	
	19 水	<p>コーヒー タイム 15(土)・16(日)・17(月)</p> 
	20 木	
	21 金	
	22 土	
	23 日	<p>ボーリング</p> 
	24 月	<p>すいか割りゲーム</p> 
	25 火	
	26 水	
	27 木	
	28 金	
	29 土	
	30 日	
	31 月	

7月24日の第4月曜日は長津田地域ケアプラザは休館日となりますが、テイサービスは実施しております。

ご連絡は045-981-7756までお願いいたします。



献立表

現場：長津田地域ケアプラザ
 献立種類：常食（個別献立）
 期間：2017/7/1～2017/7/31



	日	月	火	水	木	金	土
昼食							1 御飯 鮭のたっぷり野菜あんかけ 里芋のそぼろ煮 白菜の煮浸し 味噌汁 はつかり 1人分 574kcal 蛋白質 29.8g 脂質 8.9g 食塩 4.1g
3時							
2	3	4	5	6	7	8	
昼食	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら ゆかりおにぎり 冬瓜のくず煮	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら ゆかりおにぎり 菊菜浸し	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら わかめおにぎり ごぼうの七味炒め	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら わかめおにぎり じゃが芋のバター醤油炒め	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら 菜飯おにぎり 茄子の和え物	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら 菜飯おにぎり 五目きんぴら	★行事食（七夕）★ そうめん 天ぷら 菜飯おにぎり 厚揚げ甘辛煮
3時	ピーチゼリー	ピーチゼリー	水ようかん	水ようかん	ワッフル	七夕ゼリー	プリン
	1人分 637kcal 蛋白質 16.1g 脂質 12.2g 食塩 7.5g	1人分 632kcal 蛋白質 16.3g 脂質 12.4g 食塩 7.2g	1人分 684kcal 蛋白質 16.4g 脂質 14.6g 食塩 7.1g	1人分 680kcal 蛋白質 16.4g 脂質 14.1g 食塩 7.1g	1人分 656kcal 蛋白質 19.1g 脂質 16.3g 食塩 7.5g	1人分 690kcal 蛋白質 18.6g 脂質 15.5g 食塩 7.4g	1人分 761kcal 蛋白質 26g 脂質 22.2g 食塩 7.6g
9	10	11	12	13	14	15	
昼食	御飯 赤魚の粕漬け焼 五目巾着の煮物 ほうれん草のぬた和え 清汁	御飯 煮込みハンバーグ キャベツのソテー ブロッコリーサラダ コンソメスープ	御飯 豚肉の甘辛炒め オクラの山かけ 夏野菜のねりごま和え 味噌汁	御飯 さごしの塩焼 魚河岸揚げの煮物 わかめの酢味噌和え 清汁	御飯 鶏肉のからあげ うのはな 白菜の塩昆布和え 味噌汁	ポークカレー クリームコロッケ ほうれん草のおかか和え コンソメスープ	御飯 豆腐ハンバーグ さつまいもの甘煮 カニカマサラダ コンソメスープ
3時	プリン	コーヒーゼリー	エクレア	エクレア	コーヒーゼリー	フルーチェ	フルーチェ
	1人分 587kcal 蛋白質 28.7g 脂質 12.8g 食塩 3.1g	1人分 687kcal 蛋白質 21.1g 脂質 22.9g 食塩 3.4g	1人分 795kcal 蛋白質 23.5g 脂質 35.6g 食塩 2.6g	1人分 642kcal 蛋白質 25.7g 脂質 22.4g 食塩 3.3g	1人分 683kcal 蛋白質 22.6g 脂質 24.3g 食塩 2.9g	1人分 718kcal 蛋白質 22.3g 脂質 22.1g 食塩 4.5g	1人分 590kcal 蛋白質 16.4g 脂質 10.6g 食塩 3.2g
16	17	18	19	20	21	22	
昼食	御飯 牛焼き肉 なすの香味だれかけ 白和え 味噌汁	御飯 八宝菜 がんもどきの煮物 胡瓜の和え物 中華スープ	菜めしごはん 太刀魚の塩焼 冬瓜のくず煮 キャベツのおかか和え 味噌汁	御飯 鶏肉の山椒焼き 長芋の短冊揚げ おろし和え 味噌汁	御飯 鰯の西京焼き 里芋とちくわの煮物 小松菜の柚子胡椒和え 味噌汁	御飯 鶏肉の味噌焼き 切干大根煮 もやしの和え物 清まし汁	御飯 肉じゃが 小松菜とツナの炒め物 かぶの甘酢和え 味噌汁
3時	どらやき(こしあん)	どらやき(こしあん)	フルーツあんみつ	フルーツあんみつ	ドーナツ	ドーナツ	杏仁豆腐
	1人分 784kcal 蛋白質 29.3g 脂質 26.1g 食塩 4.1g	1人分 773kcal 蛋白質 28.4g 脂質 25g 食塩 3.6g	1人分 595kcal 蛋白質 21.7g 脂質 17.5g 食塩 4.3g	1人分 694kcal 蛋白質 23.4g 脂質 22.9g 食塩 3g	1人分 714kcal 蛋白質 28.2g 脂質 22.6g 食塩 3g	1人分 749kcal 蛋白質 24.3g 脂質 27.5g 食塩 3.4g	1人分 728kcal 蛋白質 28.7g 脂質 23.7g 食塩 2g
23	24	25	26	27	28	29	
昼食	御飯 ブリの照焼 ごぼうとこんにゃくの炒め煮 カリフラワーの和え物 味噌汁	御飯 豚肉のスタミナ炒め 卵豆腐 大根のなめ茸和え 味噌汁	うな散らし 炊合せ 胡瓜のみょうが和え 清汁	御飯 白身魚の竜田揚げ葱ソース じゃが芋含め煮 焼きナス 味噌汁	御飯 麻婆茄子 ブロッコリーと豆腐の蟹あん わかめサラダ 春雨スープ	御飯 鰯の韓国風漬け焼き もや玉炒め 青菜の和え物 味噌汁	御飯 鶏肉の梅味噌だれかけ 厚揚げのやさいあんかけ 長いもの和え物 清汁
3時	杏仁豆腐	カステラ	もみじまんじゅう すいか	もみじまんじゅう すいか	もみじまんじゅう すいか	もみじまんじゅう すいか	もみじまんじゅう すいか
	1人分 682kcal 蛋白質 29.4g 脂質 21g 食塩 3.7g	1人分 693kcal 蛋白質 24.1g 脂質 22.7g 食塩 3.3g	1人分 714kcal 蛋白質 24g 脂質 24g 食塩 3.4g	1人分 661kcal 蛋白質 23.3g 脂質 13.2g 食塩 3.3g	1人分 722kcal 蛋白質 22.3g 脂質 26.4g 食塩 2.8g	1人分 716kcal 蛋白質 31.1g 脂質 19.1g 食塩 3g	1人分 697kcal 蛋白質 27.2g 脂質 21.5g 食塩 3.2g
30	31	<p>お祭りの季節がやってきました！！ 今月は七夕メニューや土用の丑の日メニュー ございます。すいか割もお楽しみに♪</p> <p>※献立が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。</p>					
昼食	御飯 鶏肉の甘酢煮 ちくわきんぴら チンゲン菜の煮浸し 味噌汁						御飯 鮭の和風あんかけ 厚揚げの卵とじ煮 青菜のお浸し 味噌汁
3時	もみじまんじゅう すいか						もみじまんじゅう すいか
	1人分 739kcal 蛋白質 30.1g 脂質 20.5g 食塩 3.9g	1人分 717kcal 蛋白質 37.1g 脂質 16.3g 食塩 3.2g					

