



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

9月号

2017.9.1

NO.87

恒例の夏祭りを開催しました！



8月21日(月)～27(日)まで、恒例の夏祭りを開催しました！太鼓の音頭で神輿が練り歩いてにぎやかした後は、大きな輪になって「炭鉦節(たんこうぶし)」を踊りました。

掘って掘ってまた掘って と、ご利用者様と民生委員児童委員様で大合唱になりました。

そして「魚釣り」「射的(しゃてき)」「玉入れ」でお楽しみ頂いた後には、焼きたてふわふわの「お好み焼き」と冷たい「バニラアイス」をお召し上がり頂きました！

今年は、玉入れの景品に、昔懐かしい「キューピー人形」が含まれていたり、くじ引きの賞品に地域の方より素敵なタオルセットをご提供いただき、大変盛り上がり、楽しい楽しい7日間でした。

民生委員児童委員の皆様には、運営協力のほか、楽器を演奏いただく日もあり、横塚会長をはじめとする委員の皆さまには深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

利用者様の笑顔をご紹介します！



ワッショイ！
ワッショイ！
祭だ！
ワッショイ！



くじ引き当選者の皆様、
はいチーズ！



炭鉦節
(たんこうぶし)
月が～出た出
た～月が～出
たあ～あ よいよい

コーヒーやアイスクリームが
好きな方も はいチーズ！



魚釣り

磁石式の釣り竿で何匹釣れるか競いました！今年の釣り名人は40秒で19匹を釣りました！



射的

動物(的)を狙ってシュート！
皆様、とってもお上手でした！



玉入れ



景品は、キューピーちゃん
や駄菓子でした！

フードコート

アツアツのお好み焼きと、
バニラアイス
やドリンク



お好み焼きは
デイルームで焼きました！

9月

18日(月)～24日(日)まで、恒例の「敬老会」を開催します。音楽やダンスなど盛りだくさんの演目を披露し、皆様のご長寿と健康をお祝いいたします！

お昼の献立は
「松花堂弁当」です。
どうぞお楽しみに！



3つの新しいレクリエーション 実施しています！

- ・麻雀
(4～8名様が集まった日に開催！)
- ・カラオケ
(今月は“通信カラオケ”体験できます！)
- ・手芸
(刺し子や編物ができます！)

理美容 サービス

9月10日(日)

ヘアカット
サービス
を実施します！

ちらしを
見て
下さいね♡



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：2017/9/1～2017/9/30



		日	月	火	水	木	金	土	
		18日～24日は敬老週間です。 みんなで美味しいご飯を食べながら 楽しくお祝いしましょう♪						1	2
昼食	3時							御飯 鮭のきのこあんかけ 厚揚げおろし煮 里芋のごまよごし 味噌汁	御飯 肉団子の酢豚風 茄子揚げ浸し 大根の香味和え 中華スープ
								ココアワッフル エネルギー 682kcal 蛋白質 34.2g 脂質 16g 食塩 2.3g	ココアワッフル エネルギー 705kcal 蛋白質 17.9g 脂質 26.3g 食塩 3.9g
		3	4	5	6	7	8	9	
昼食	3時	御飯 冷しゃぶ 南瓜の煮物 厚焼き卵 清汁	御飯 麻婆豆腐 焼き餃子 もやしのナムル 中華スープ	御飯 鶏肉のねぎ塩炒め 揚げ出し豆腐 ほうれん草のおろし和え 味噌汁	たぬきうどん 五目おにぎり エビ団子の煮物 チンゲン菜のポン酢和え	御飯 魚のごま焼き 里芋のそぼろ炒め 白菜の生姜醤油和え 味噌汁	御飯 ポークチャップ スパゲティソース キャベツとツナのサラダ コンソメスープ	御飯 白身魚のマヨネーズ焼 ポパイソース 生姜和え コンソメスープ	
		杏仁豆腐 エネルギー 685kcal 蛋白質 26.2g 脂質 19.7g 食塩 2.9g	オムレットケーキ エネルギー 698kcal 蛋白質 23.8g 脂質 24.4g 食塩 2.8g	オムレットケーキ エネルギー 718kcal 蛋白質 27g 脂質 30g 食塩 2.7g	水ようかん エネルギー 738kcal 蛋白質 17.8g 脂質 17.2g 食塩 4.4g	水ようかん エネルギー 653kcal 蛋白質 29.8g 脂質 16g 食塩 3.8g	ぶどうゼリー エネルギー 636kcal 蛋白質 25.4g 脂質 14.2g 食塩 2.7g	ぶどうゼリー エネルギー 601kcal 蛋白質 23.2g 脂質 15.2g 食塩 2.9g	
		10	11	12	13	14	15	16	
昼食	3時	ごはん 秋刀魚の梅煮 焼き豆腐の田楽 ほうれん草ごま和え 清汁	御飯 鶏肉のソテートマトソース いんげんのカレーソース 大根サラダ コンソメスープ	御飯 赤魚の生姜煮 きんぴらごぼう 青菜の酢味噌かけ 味噌汁	御飯 豚肉のプルコギ さつまいもレモン煮 もやしのドレッシング和え ワンタンスープ	御飯 ふんわり卵のカニあんかけ ひじき煮 小松菜のおかか和え 味噌汁	御飯 カレイのみぞれ煮 焼き厚揚げ ポテトサラダ 味噌汁	御飯 ブリの照焼 切干大根の炒め煮 カリフラワーの和え物 味噌汁	
		黒糖まんじゅう エネルギー 661kcal 蛋白質 26.7g 脂質 20.8g 食塩 3.8g	黒糖まんじゅう エネルギー 623kcal 蛋白質 27.2g 脂質 16.5g 食塩 2.9g	ピーチゼリー エネルギー 543kcal 蛋白質 22.4g 脂質 4.3g 食塩 2.5g	ピーチゼリー エネルギー 830kcal 蛋白質 21.8g 脂質 21.2g 食塩 2.8g	プリン エネルギー 632kcal 蛋白質 22.8g 脂質 17.6g 食塩 4.3g	羊羹ロール エネルギー 785kcal 蛋白質 32.6g 脂質 22.4g 食塩 2.9g	羊羹ロール エネルギー 799kcal 蛋白質 31.2g 脂質 23.7g 食塩 3.8g	
		17	18	19	20	21	22	23	
昼食	3時	御飯 鯖の竜田揚げ さつまいもの甘煮 ブロッコリーの塩昆布和え 味噌汁	赤飯 さわら西京焼き 胡瓜の酢の物 旬彩焼き 南瓜煮 煮豆 清汁	炊き込み御飯 鶏の幽庵焼き 紅白なます カニカマ玉子ロール えびしんじょうの煮物 煮豆 清汁	炊き込み御飯 赤魚粕漬焼 茄子のお浸し 厚焼玉子 筑前煮 煮豆 清汁	赤飯 白身魚の生姜焼き 紅白なます かにかま玉子ロール 炊き合わせ 煮豆 清汁	ゆかり御飯 てんぷら 小松菜のごま和え 旬彩焼き がんもの煮物 煮豆 清汁	ゆかり御飯 てんぷら 白菜磯和え 厚焼玉子 魚河岸揚げの煮物 煮豆 清汁	
		プリン エネルギー 739kcal 蛋白質 26.4g 脂質 21.9g 食塩 2.7g	紅白まんじゅう エネルギー 818kcal 蛋白質 33.8g 脂質 17g 食塩 4.7g	紅白まんじゅう エネルギー 775kcal 蛋白質 27.5g 脂質 17.8g 食塩 4.3g	練り切り エネルギー 614kcal 蛋白質 27.9g 脂質 11.3g 食塩 3.6g	練り切り エネルギー 585kcal 蛋白質 25.8g 脂質 5.6g 食塩 4.2g	白桃羹 エネルギー 670kcal 蛋白質 21.5g 脂質 18.1g 食塩 3.1g	白桃羹 エネルギー 644kcal 蛋白質 20.5g 脂質 15g 食塩 3.3g	
		24	25	26	27	28	29	30	
昼食	3時	赤飯 鶏のもろみ味噌焼き 青菜の辛し和え 厚焼玉子 焼き豆腐煮物 煮豆 清汁	牛丼 がんもの煮物 キャベツとワカメの酢の物 味噌汁	御飯 ほっけの照焼 茄子の味噌炒め 胡瓜の梅おかか和え 清汁	御飯 豆腐ハンバーグ 蓮根の山椒金平 もやしの和え物 味噌汁	御飯 魚の煮付け 五目煮豆 ほうれん草の和え物 味噌汁	御飯 八宝菜 焼売 大学芋 春雨スープ	御飯 赤魚の粕漬焼き 魚河岸揚げの味噌煮 白和え 清汁	
		紅白まんじゅう エネルギー 800kcal 蛋白質 31.5g 脂質 19.9g 食塩 3.7g	コーヒゼリー エネルギー 816kcal 蛋白質 25.6g 脂質 31.8g 食塩 4.7g	スイスロール エネルギー 709kcal 蛋白質 26.8g 脂質 24.5g 食塩 3g	スイスロール エネルギー 660kcal 蛋白質 19.6g 脂質 22.5g 食塩 2.6g	チョコレートケーキ エネルギー 602kcal 蛋白質 30.1g 脂質 12.3g 食塩 2.8g	エクレア エネルギー 695kcal 蛋白質 27.1g 脂質 24.5g 食塩 3.0g	ピーチゼリー エネルギー 634kcal 蛋白質 26.1g 脂質 15.9g 食塩 3.8g	

※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。

デイサービス月間予定表

H29.9月

午前			午後	
<p>下記プログラムより選択</p> <p><プログラム></p> <p>* 10月カレンダー </p> <p>* 敬老会看板作り 敬老会カード用花色塗り (1日~7日)</p> <p>* 菊・桔梗・ススキの壁面飾り</p> <p>* 赤とんぼの天井飾り </p> <p>* 手芸(第1金) </p> <p>* カラオケ</p> <p>* 塗り絵</p> <p>* 書道(第3木・金)</p> <p>* パズル</p> <p>* オセロ</p> <p>* 囲碁・将棋</p> <p>* 麻雀</p> <p>* その他 </p>	1	金		
	2	土	* 競馬ゲーム	
	3	日		
	4	月		
	5	火		
	6	水	* いくつか入るかな	
	7	木		
	8	金		
	9	土	* コインあつめ	
	10	日		理美容
	11	月		
	12	火		
	13	水	* 競馬ゲーム	
	14	木		
	15	金		
	16	土	* 投げ縄ボールとり	
	17	日		
	18	月		
	19	火		
	20	水		
	21	木		
	22	金	* 敬老会 (18~24)	
	23	土		
	24	日		
	25	月		
	26	火	* 投げ縄ボールとり	コーヒータイム 
	27	水		
	28	木		
	29	金		
	30	土	* いくつか入るかな	

9月25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まいります。ご連絡は045-981-7756までお願いいたします。



午前はお好きなプログラムを選んで活動してください。
 プログラム内容は変更になる場合もありますのでご了承ください。