

朝夕は少しずつ涼しくなり秋の気配が感じられるようになりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。

9月は「敬老の日」があり、長年にわたり社会やご家族を支えてこられた皆様に、あらためて感謝と敬意をお伝えする月でもあります。園でも、日頃の感謝の気持ちを込めて皆様楽しんでいただける行事を予定しております。

まだまだ残暑の厳しい日もございますので、体調管理に気をつけながら、季節の移り変わりを楽しんでいただければと思います。今月もどうぞよろしくお願いいたします。

納涼祭

8/22(土)に納涼祭を開催しました！

今年も恒例の納涼祭を開催しました。

2階のホールで実施し、廊下には食べ物や飲み物などの屋台が並び、納涼祭が始まりました。ステージでは松岡中学校の学生さんによるソーラン節の演舞や職員が扮する「寿寿ショー」と様々な催しを楽しんでいただけたかと思います。利用者の皆様からはたくさんの笑顔が見られ、会場は大いに盛り上がりました。暑い夏のひと時、皆様の素敵な笑顔に囲まれ、思い出に残る納涼祭となりました。



デイサービスセンター

22日(土)に「納涼祭」を行ないました。デイルーム内での開催でしたが大勢のご利用者様やご家族に参加していただき今年も盛大に納涼祭を開催することが出来ました。最初にお神輿が出陣し、ご家族様にも担いでいただき威勢のいいお神輿がデイルーム内を盛り上げてくださいました。ご家族様が参加した射的大会は欲しい景品にめがけて一喜一憂。職員が扮する高萩聖子ショーや松岡中学校のソーラン節の披露等大変盛り上がる納涼祭になりました。



28日(金)に「すごろく大会」を行ないました。デイサービス恒例のすごろく大会。毎回少しずつお題が変わり、体操等楽しく体を動かしていただこうと定期的に行なっています。同じ目に何回も当たり、腕の上げ下げを何回も行ふ事もあり、しっかりと体を動かすことが出来ていました。次はどんなお題に当たるのかなど、サイコロの数字に一喜一憂しながら大きな声を出して笑ったりと楽しく過ごすことが出来ていました。



<お願い> 4月より面会の方法が変わり、居室内での面会も可能になります。今まで通り事前予約制になりますが、ご不明なこと、詳細については高萩聖孝園までお問い合わせください。今後ともよろしくお願いいたします。

今月の行事予定

21日(月)

敬老会

随時、各ユニットにて誕生会などを開催

ユニットレク

今月は五の丸をご紹介します。28日(金)に皆様に涼んでいただきたく、誕生会を兼ねたアイスバイキングを実施しました。市内の某アイスクリームショップよりいろいろな味のアイスを準備し、皆様のお好きなものを選んでもらいました。「どれにしようかなあ？」と迷うのも楽しみの一つですね。日中は暑い日もありますが、アイスを食べて少しでも涼しく、楽しい時間を過ごしていただけたらと思いました。来月はどんなレクリエーションのか楽しみにお待ちください。



9月の行事予定

7日(月) すごろく大会

11日(金) 射的大会

16日(水) 敬老会

19日(土) カラオケ大会

22日(火) サラダうどん作り

24日(木) お月見会

無料体験・見学

★ 受付中 ★

随時、ご利用受付中です。

お気軽にご連絡下さい！

TEL：0293-44-6222

担当：篠原・大友

営業日：月～土（9：00～16：00）

対象者：事業対象者、要支援1～要介護5



予定献立(9/10～10/9まで)



日付	朝	昼	夕
9/10 (木)	納豆 梅和え	鶏のねぎ塩焼き バター醤油炒め もやし中華和え	五目煮 きんぴらごぼう ごま昆布
9/11 (金)	お魚ソーセージの炒め物 のり佃煮和え	高菜チャーハン 豚肉と野菜の味噌炒め 青りんごゼリー	サバの塩焼き 野菜炒め きゅうりの酢の物
9/12 (土)	肉団子の中華煮 キャベツの和え物	メンチカツ オイスターソース炒め ハリハリ漬け風	厚揚げ入りスタミナ炒め 大根の煮物 野菜のマリネ風
9/13 (日)	ツナじゃが 青菜の塩昆布和え	魚の山椒焼き 高野豆腐の含め煮 くるみ和え	筑前煮 ピーマンのじゃこ炒め 漬物
9/14 (月)	五目信田煮 しその実和え	キーマカレー 菜種和え フルーツ	肉豆腐 野菜炒め たいみそ
9/15 (火)	ベーコンソテー オクラおかか和え	梅ちりめんご飯 魚の照り焼き 里芋とふきの煮物	ロールキャベツ はんぺんの煮物 きのこサラダ
9/16 (水)	野菜角煮 和風サラダ	豚丼 冬瓜のカニあんかけ フルーチェ	アジの塩焼き 高菜と野菜のソテー フルーツ
9/17 (木)	高野豆腐の煮物 ブロッコリーの胡麻和え	ハンバーグきのこソース たらこ炒め コーンサラダ	味噌煮込み 豆腐の野菜あんかけ 漬物
9/18 (金)	柚子おろし肉団子 ドレッシング和え	鮭のムニエル ジャーマンポテト スパゲティサラダ	肉じゃが 煮浸し ごぼうサラダ
9/19 (土)	納豆 五目卵の花	鶏そば いんげんの金平 ヨーグルト	八宝菜 根菜の煮物 海苔の佃煮
9/20 (日)	白菜の煮びたし ツナ和え	ゆかりごはん サワラの南部焼き 根菜煮物	吉野煮 カレー炒め マヨネーズ和え
9/21 (月)	エビ団子の煮物 小松菜とじゃこの和え物	赤飯 天ぷら 炊き合わせ	豆腐のうま煮 ふろふき大根 しそ昆布
9/22 (火)	二色パン オムレツ ちくわのサラダ	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツカクテル	魚の塩焼き インゲンソテー 煮豆
9/23 (水)	里芋のそぼろ煮 胡麻ドレサラダ	焼き肉風 切昆布の炒め煮 生姜醤油和え	あぶらあげ入り卵とじ 青菜の炒め物 漬物
9/24 (木)	納豆 おかか和え	親子丼 じゃがいもの七味煮 抹茶ババロア	チャンプルー 野菜の味噌煮 塩昆布和え
9/25 (金)	厚揚げ煮 しらす和え	菜飯 豚の生姜焼き 春雨サラダ	魚の梅照り焼き 切り干し大根煮 フルーツ

セレクトメニュー



8月のセレクトメニュー
A、キーマカレー
B、焼きそばでした。
皆さん、迷いながら選んだものを美味しそうに召し上がっていました。

松花堂弁当



8月16日は松花堂弁当でした。
菜飯、サワラの幽庵焼き、肉団子と大豆の甘辛煮、浅漬け風、味噌汁を美味しく頂きました。ごちそうさまでした。

※記載されている他に、ご飯と味噌汁が付きます。

都合により献立が変更になることがあります。ご了承下さい。

今月は「きのこ」についてです。

9月の第3月曜日は「敬老の日」です。日本は男女ともに世界トップクラスの長寿国と言われています。健康で長生きするためには毎日の食生活も大切です。健康的な食生活の合言葉として知られている「まごわやさしい」は、「ま」は豆、「ご」はごま、「わ」わかめなどの海藻類、「や」は野菜、「さ」は魚、「し」はシイタケなどのキノコ類、「い」は芋類を表しています。その中のしいたけ、しめじ、まいたけ、などのキノコ類には食物繊維が含まれています。食物繊維はおなかの調子を整え、便秘予防にも役立ちます。キノコのうまみ成分の一つに「グアニル酸」があります。調理する際は、水から加熱することでキノコのうま味が引き出しやすくなります。 管理栄養士 斉藤 優衣