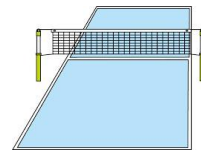




風船バレー試合



現在、恒例の「山科・醍醐地区デイ風船バレー対抗戦」を開催中です。毎月各施設をお互いに訪問して熱戦をくりひろげています。綾デイも一進一退ではございますが頑張って試合をさせていただいております。ルールは簡単、スコアはギリギリ。勝ってうれしい花一文目。負けると皆さん悔しいです。練習にも身が入ります。

鍋パーティー



冬も本番になって参りました。寒い日にはお鍋です。綾デイでも寄せ鍋パーティーを実施いたしました。皆さんも「美味しい、美味しい。」とどんどんお代わりをされました。仕上げはおじやに。満足の鍋でした。

次回の鍋の日は12月28日、29日です。
お楽しみに・・・。



手作りおやつ

秋の味覚と言えば代表はさつま芋ですが。今年もさつま芋を使って芋きんつばのお菓子を作りました。きったり混ぜたり焼いたり一連の工程を皆さんにも頑張っていたいただき美味しい出来上がりでした。自作のお菓子は評判でした。

～ インフルエンザの季節が来ました～

冬になると風邪やインフルエンザの季節です。すでに予防接種を受けられた方もおられると思います。言い古された事ですが、ひかない事が肝心です。

①水分・食事をしっかり ②十分な睡眠 ③うがい手洗い に気をつけて下さい。

基礎体力をつけて予防しましょう。もし「怪しいな。」と思ったら、早めに休養をとりこじらせないようにいたしましょう。 年末年始お元気に過ごされますように。

統括部長 浦山陽一

※年末年始のお知らせ

12月31日(日)～1月3日(水)までお休みさせていただきます



献立表

	月	火	水	木	金	土
					1日	2日
昼食					カレイと焼き豆腐の煮付け 焼うどん しろ菜の菊花和え 三色生酢	ハンバーグきのこトマトソース 高野豆腐卵じり カリフラワーソテー 胡瓜とえのきの胡麻酢和え
おやつ					プリン	葛餅ゼリー黒蜜かけ
	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	鶏の照焼き梅風味 吹き寄せ煮 分葱の酢味噌和え ごぼうの金平	鶏肉のラビゴットソース コロッケ カニスティックサラダ いんげんの磯和え	オムレツと野菜のデミグラスソース ひじきの五目煮 枝豆と大豆のドレ 和え 春菊ときのこのお浸し	赤魚の照焼とかき揚げ 大根だき しろ菜の胡麻和え たらこポテト 大豆ごはん	鶏の照焼レモン添え 野菜炒め 南瓜サラダ いんげんの磯和え	鮭の胡麻味噌焼き 枝豆がんと 野菜の炊き合わせ ポテトサラダ 青梗菜の湯葉和え
おやつ	みかんゼリー	抹茶まんじゅう	青りんごゼリー	どら焼き	ももゼリー	今川焼き
	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの 青じそドレ和え 畑菜の胡麻和え いんげんの肉巻きフライ	鯖のカレー焼き 大根のあんかけ 分葱の酢味噌和え 白菜と水菜の生姜醤油和え	ミートボール黒酢風煮 真砂和え 卵と野菜のサラダ 青梗菜のお浸し	鶏肉のタルタル南蛮風 紅白生酢 じゃが芋のカレー風味煮 茄子の利休煮	白身魚の変わり衣揚げ 五目炒り豆腐 かぶの酢の物 ブロッコリーの磯和え	かに玉風 野菜の煮物 伴三絲 からし菜のかか和え
おやつ	ミニあんぱん	ワッフル	抹茶プリン	ミニドーナツ	黒糖まんじゅう	クリームコンフェ
	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	秋刀魚の生姜煮 野菜炒め 南瓜の煮物 畑菜の磯和え	絹ごし揚げと豚肉の味噌炒め たご焼き 胡瓜と海老の酢の物 青梗菜のナムル	赤魚の漬け焼き生姜風煮 焼うどん ごぼうサラダ ブロッコリーのツナ和え	豚肉とじゃが芋の炒め煮 ふっくら 丸はんべんの漬け焼き マカロニ サラダ 白菜と昆布の柚子香漬け	鯖の醤油焼きゆず風味 春菊のお浸し 南瓜のいとこ煮 カニスティックサラダ	クリスマス弁当
おやつ	ミニエクレア	焼きドーナツ	クリームブッセ	ふっくらしっとり蒸しケーキ	プチシュークリームチョコ	手作りおやつ
	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	クリスマス弁当	白身魚のペーパーカップ焼き 鶏肉と根菜の炒め煮 白和え マカロニサラダ	牛肉とブロッコリーのオイスター ソース 焼き目餃子 しろ菜のかか 和え ごぼうの金平	鍋 (忘年会)	鍋 (忘年会)	カレイのおろし煮 竹輪じゃが ワカメとえのきの酢の物 小松菜のお浸し
おやつ	クリスマスケーキ	水ようかん	ミニマフィン	コーヒゼリー	桃缶	ストロベリームース
	31日					
昼食						
おやつ						

12月レクリエーション予定

- ・風船バレー試合 ・買物レクリエーション
- ・手作り昼食 ・手作りおやつ
- ・今井先生リハビリ体操 (12/8、12/28)
- ・日曜日外出レク (12/10) ・クリスマス会・忘年会

当センターへのご意見、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。

綾デイサービスセンター山科 ご相談窓口 TEL075(572)7528 FAX075(572)7521