

綾 デイ便り



発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2018年8月号

手作りおやつ

美味しくできました



わらびもち



夏の和菓子
(紫陽花)



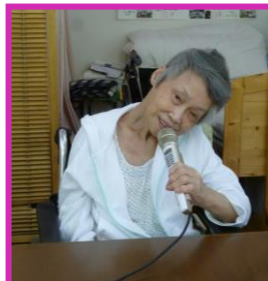
和菓子 鮎



～手作りおやつ～

夏の季節に合わせて「鮎のお菓子」を作りました。可愛い顔を描いて仕上げ、出来上がりは満点でした。続くは「わらびもち」でした。プルプルに出来ました。冷やして美味しくいただきました。そして締めくくりは「紫陽花」紫とピンクの二色のきれいなお菓子です。中には甘いあんこが入って好評でした。プロのような出来栄でした。

カラオケ大会



綾デイ恒例のカラオケ大会を開催いたしました。皆さんがひそかに得意とされている曲や、いつも練習されている十八番の曲を歌っていただきました。

マイクを持って歌われると不思議と背筋もしゃんとされます。懐かしい歌謡曲を存分に歌っていただきました。

認知症予防～はたして何が良いのでしょうか～

世間で認知症に関する情報は TV や雑誌にあふれています。予防に効果のある生活習慣や体操、脳を鍛えるトレーニングや食に関する習慣等々、様々な視点から認知症を予防する方法が論じられています。

高齢者の施設現場で働く人間として何が効果的か非常に興味があります。体験的に思うことは、会話を沢山する。新しいことにも興味を持って暮らす。

肉や魚、大豆製品等のたんぱく質を適切に摂っていただきバランスよく腹八分目の食生活を心がける。脱水予防のために水分補給は充分に行う。

このような点が、健康に認知症を予防する方法なのかと思います。

統括部長 浦山 陽一



献立表

介護職員募集

※下記までご連絡お待ちしております

	月	火	水	木	金	土
						1
昼食						豚薄切肉のポークチャップ 五目豆 玉子ロール 法れん草のお浸し
おやつ						ミニドーナツ
	3	4	5	6	7	8
昼食	肉団子と野菜の煮物 ナムル キャベツと油揚げの群の物 ゆで野菜サラダ	鯖の生姜煮 五目炒り豆腐 茄子とピーマンの炒め物 小松菜の辛子和え	ハンバーグ照焼ソースがけ ひじきの五目煮 うまい菜の胡麻 和え きのことベーコンのソテー	鯉のソテー野菜タルタル南蛮 大根サラダ わさび菜の磯和え 和風たらこスパゲッティ	鶏肉のマスタードソース 時雨煮 野菜の味噌煮 りんごのサラダ	白身魚のピリ辛マヨ焼き 切干の煮付け ジャーマンポテト もやしの中華風群の物
おやつ	手作りおやつ	桃缶	ブチシュークリームチョコ	抹茶まんじゅう	青りんごゼリー	コーヒゼリー
	10	11	12	13	14	15
昼食	手作り昼食	豚肉のしゃぶしゃぶ風 冬瓜のそぼろ煮 ごぼうサラダ 人参と糸こんにの金平風	鯖のカレーパン粉焼き 根菜の味 噌煮 キャベツのゆかり和え カリフラワーの胡麻酢和え	いか団子と野菜の煮物 ソース焼きそば ひじき豆 白菜とじゃこのナムル	キスの甘酢漬け 筑前煮 マカロニサラダ うまい菜のかか和え	野菜入り麻婆豆腐 伴三絲 畑菜の生姜醤油和え じゃが芋のうま煮
おやつ	クッキー	抹茶プリン	ミニあんぱん	水ようかん	クリームブッセ	たご焼き
	17	18	19	20	21	22
昼食	敬老・特別弁当	白身魚のトマトチーズカップ焼き ピーマンチャンプルー 白菜と三 つ葉お浸し 胡瓜とみかんサラダ	鶏の唐揚げ胡麻酢漬 冬瓜と油揚げの煮付け 真砂和え ほうれん草の磯和え	鮭としんじょの香草パン粉焼き ポテトサラダ 野菜の煮しめ 春菊の湯葉和え	ミートボールと野菜のトマト煮 カニスティックサラダ ごぼうの金 平 小松菜とじゃこの和え物	鯖の塩焼き うまい菜のお浸し 切干大根の煮付け 胡瓜の群の物 うまい菜のお浸し
おやつ	紅白饅頭	ミルクのロールケーキ	クレープ	シュークリーム	ミニマフィン	ふっくらしっとり蒸しケーキ
	24	25	26	27	28	29
昼食	手作り昼食	あわせ豆腐と野菜の炊き合わせ いんげん肉巻きフライ 卵のサラダ 白菜の群の物	赤魚の付焼き 筑前煮 春雨サラダ キャベツのしそ風味漬	ハンバーグデミグラスソース 野菜のコンソメ煮 変わり金平 枝豆と大豆のフレンチドレ和え	鮭のソテー柚子胡椒風味きのこ ソース 吹き寄せ煮 青梗菜の生 姜醤油和え リヨネーズポテト	牛肉と絹厚揚げの旨辛炒め 焼き目餃子 大根サラダ わさび菜のかか和え
おやつ	クッキー	今川焼き	みかんゼリー	焼きドーナツ	ももゼリー	どら焼き

9月レクレーション予定 ・敬老会 ・風船バレー練習試合 ・買物レクレーション



・健康運動指導士の今井先生によるリハビリ体操 9/8 (土) 9/18 (火)
・手作り昼食 9/10 (月) ・9/24 (月) ・手作りおやつ 9/3 (月)

当センターへのご意見やご提案、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 TEL 075 (572) 7528 FAX 075 (572) 7521