

綾 デイ便り



発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2019年7月号



七夕



7月恒例の行事、七夕を今年もいたしました。短冊には思い思いの願い事を書いていただきました。今年は梅雨入りが遅く、雨や曇りの日が続いておりますがそれでも晴れ間を見つけて庭で飾り付けをいたしました。皆さん「健康に暮らせませうように。」「楽しく過ごさせませうように。」「家族一同安全に過ごさせませうように。」といったお願いをされていました。

祇園祭・鉾ドライブ

今年の祇園祭見物のドライブは「先祭り」の引き初めの日に合わせて行いました。思ったより道も空いており、じっくりと山や鉾を見物することができました。参加の方は市内の街並みの変化にも驚いて楽しまれていました。



1日の収穫



デイの庭先のプランターで育てていた野菜が夏を前にして続々と成長してきました。トマトにオクラにとוגらし。懸命に水やりや草とりにも励んだ利用者さんとはとりわけ、収穫が印象に残ったようです。これからも園芸を楽しんでいただこうと考えています。

適切な栄養摂取の意義について

施設内調理を開始して思うことですが、栄養バランスの取れた食事を適切に摂っていただくことが、利用者さんの体調の安定に役立っていることを改めて感じます。特に綾デイの利用者さんには、独り暮らしの方が多くおられますが、一般にご自宅での食生活は決して豊かなものではありません。野菜が不足している。塩分が多い。何よりもたんぱく質を始め必要な栄養素が不足されている方がおられます。綾デイを複数回ご利用されている方の中には、デイの昼食をしっかりと摂っていただくことで体重の増加や、体調の改善がみられています。これからも利用者さんの生活の改善につながるよう努力したいと思います。

統括部長 浦山 陽一



献立表

	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
昼食				ご飯 ぎょうざ 具だくさん中華スープ 三色ナムル	ハヤシライス ポテトサラダ みかん缶	納涼弁当
おやつ				ヨーグルト	シュークリーム	ストロベリームース
	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	納涼弁当	おでん風煮 春雨の酢の物 豆腐の味噌汁 ほうれん草のかつお和え	キスの南蛮漬け 牛蒡の金平 ゆで野菜とツナのサラダ 五色辛子和え	ゆかりご飯 ポトフ 五目煮豆 小松菜とはんぺんの煮浸し	白身魚のアクアパッツァ風 スパゲティミートソース しる菜のか か和え プロックリーのサラダ	カレーチャーハン 野菜スープ ツナサラダ コロケ
おやつ	ミニアンパン	プリン	手作りおやつ	バウムクーヘン	クリームコンフェ	クッキー
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	そうめん 炊き込みご飯 なすの煮浸し 青菜の胡麻和え	海老とキスの天ぷら ほうれん草のかか和え 五目炒り豆腐 みかん缶	オムライス コンソメスープ プロックリーのツナ和え キャベツとコーンのサラダ	カレイの生姜煮 大学芋 ピーマン和風ソテー しる菜の梅和え	カレー豆腐 しゅうまい 白菜の塩昆布和え 海藻サラダ	焼きそば 具だくさん野菜スープ かぼちゃのカレーそぼろ煮
おやつ	カステラ	黒糖まんじゅう	桃缶	葛餅ゼリー黒蜜かけ	どら焼き	ずいか
	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	カレーライス 福神漬 マカロニサラダ 桃缶	いわしの蒲焼き 吹き寄せ煮 青梗菜のお浸し 大根の和風ドレッシング和え	冷やし中華 水餃子のスープ さつまいもの甘煮	さばの揚げ煮 高野豆腐の卵とじ 春菊のかか和え ワカメとえのきの酢の物	バラ寿司 すまし汁 小松菜と油揚げの煮浸し かぼちゃのいとこ煮	カレイの生姜風味照焼 なすの煮物 ニラ玉もやし炒め プロックリーのドレ和え
おやつ	ようかん	クリームブッセ	パウンドケーキ	手作りおやつ	ヨーグルト	ロールケーキ
	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	さわらの辛子明太マヨ焼き 五目豆 ひじきのサラダ 三色ビーマンのかか和え	さつま芋ご飯 豚汁 ひじきの五目煮 胡瓜の酢の物	赤魚の利休煮 吹き寄せ煮 ほうれん草とえのきの酢の物 マカロニとツナのサラダ	牛肉と野菜の洋風煮 玉子ロール キャベツと鶏のサラダ ワカメとじゃこの酢の物	かき揚げ丼 野菜の味噌汁 青菜とちくわのおかか和え みかん缶	ラーメン チャーハン しゅうまい
おやつ	ミニマフィン	グレープゼリー	ミニクリームパン	水ようかん	プリン	鈴カステラ
				←手作り昼食		←お弁当

8月レクリエーション予定 ・夏祭り 8/17(土) ・風船バレー試合

- ・健康運動指導士の今井先生によるリハビリ体操 8/6(火) 8/24(土)
- ・手作りおやつ



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