



## 敬老祝賀会をしました



### 敬老会



手作り昼食（敬老会）

### 敬老ビンゴ大会



### 敬老カラオケ大会



紅白饅頭・プレゼント



今年敬老の日が9月24日（木）に開催いたしました。  
敬老の日にして改めて考える事は、ご利用いただく皆様に少しでも「長生きしてきてよかったなあ。」と感じていただける時間を作りたいと思っています。  
敬老会の記念といたしまして綾デイサービスセンターより紅白饅頭、職員からフラワー付きソープをプレゼントさせて頂きました。

## 「コロナのストレスを発散しましょう！」

暑かった夏も朝夕は涼しくなって、そろそろ秋の気配がやってきました。通常なら観光や行楽に出かける季節ですが、今年はコロナの影響で様子が違います。外出を控える方もおられるようです。但し自粛ばかりでは身体にも気持ちにもよくありませんので、デイでも気分転換をできるように考えています。

レクリエーションもセンター内で活動できるように手作りおやつを作ることをしています。他にも雑用をできるだけ準備しておいて、タオルたたみや洗濯物の仕分けをしていただく等の作業を手伝っていただいています。

これからは秋で気候も良くなってきますので、散歩をしたり屋外で身体を動かすレク的機會を増やそうと思っています。コロナストレスを皆で解消しましょう。

統括部長

浦山 陽一



## 献立表

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
昼食				ジャーマンオムレツ 大根のあんかけ ちくわと野菜の金平 豆腐サラダ	うどん かやくご飯 酢の物 いんげんの胡麻和え	カレイのバター醤油焼き 野菜の天ぷら ひじきのサラダ 菜種和え
おやつ				葛もちゼリー黒蜜かけ	あんパン	杏仁豆腐
	5	6	7	8	9	10
昼食	クリームシチュー スパゲッティサラダ 春巻き	ちらし寿司 スープ 煮物 青菜の和え物	豆腐と野菜の肉味噌かけ ひじきの五目煮 アスパラのサラダ 真砂和え	カレーライス スープ マカロニサラダ	揚げ鶏と秋野菜の甘辛煮 平天と野菜の金平 枝豆と大豆のフレンチサラダ キャベツのゆかりナムル	特別弁当
おやつ	クッキー	せんべい	お茶プリン	ぶどうゼリー	黒糖まんじゅう	ココアワッフル
	12	13	14	15	16	17
昼食	かに玉 しゅうまい 中華丼	ハヤシライス スープ ポテトサラダ ブロッコリーのツナサラダ	白身魚のチリソース 豆腐チャンプルー れんこん金平 春菊のかか和え	チャーハン ぎょうざ スープ 肉団子の甘酢和え	天ぷら盛り合わせ 枝豆の玉子とじ 五色辛子和え みかん缶	すき焼き煮 コロッケ きゅうりの甘酢醤油和え キャベツと桜えびのお浸し
おやつ	りんごゼリー	ドーナツ	おはぎ	クッキー	ミニクリームパン	抹茶まんじゅう
	19	20	21	22	23	24
昼食	かす汁 まぜご飯 ちくわの磯辺揚げ 千切り大根	タンダーチキン 大豆とハムのサラダ ちくわとごぼうの金平風煮 しる菜の生姜醤油和え	そば かやくご飯 かき揚げ 酢の物	あつさり焼肉 たし巻き ビーフン和風ソテー ナムル	麻婆豆腐丼 スープ ナムル ぎょうざ	キノコのあんかけハンバーグ 桜えびとキャベツの Pasta 畑菜の和え物 揚げ南瓜の和風マリネ
おやつ	ようかん	カップケーキ	あんパン	クレープ	ぶどうゼリー	プチチョコ コシュークリーム
	26	27	28	29	30	31
昼食	おでん 青菜の和え物 酢の物	さわらの塩麹みりん漬け焼き 五目豆 ひじきのサラダ 三色ピーマンのかか和え	お好み焼き 酢の物 おにぎり スープ	サバの塩焼き 野菜炒め 春雨のフレンチドレッシングサラダ うまい菜の磯和え	ミートソーススパゲティ パン スープ サラダ	特別弁当
おやつ	せんべい	クリームブッセ	クリームパン	プリン	手作りおやつ	ミニあんぱん
				←手作り昼食		←お弁当

### 10月のレクリエーション予定

- ・風船バレー試合 ・運動会 (10/10)
- ・手作りおやつ (10/30)
- ・今井先生リハビリ体操 (10/7/10/23)



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