

# 綾 デイ便り



発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2021年3月号

## ひな祭り



ひな祭り手作りちらし寿司



今年のひな祭りは綾デイ初の企画。『お内裏様とお雛様』の撮影会をいたしました。最初は照れくさい方も他の方の様子を見て「これは面白い。」と喜んで参加されました。出来上がりは上々で男前と別嬪さんのお雛様が出来上がりました。

## 手作りおやつ



好評の『ケーキバイキング』を再度させていただきます。ホワイトデイにちなんで美味しいケーキを食べ放題で召し上がっていただきました。色とりどりのケーキを心ゆくまで楽しんでいただけたと思います。普段あまり甘いものを召し上がらない男性もしっかり食べて下さいました。

『ここがガマンのしどころでしょうか。』

毎日新型コロナの話題で日本中の人々がため息をついている今日この頃だと思います。我々京都市民も色々な事をガマンして平穏な日が早く来る様に祈るような毎日です。デイでも気力と体力を維持していただける様に、屋内で楽しめる企画を考えて参加いただいています。リハビリ体操やゲームも種類や内容を増やして知らず知らずに身体を動かせるようにしています。そしてコロナの中でもご利用者の皆さんの大きな楽しみは美味しいものを食べることです。手作りの昼食や手作りのおやつも皆さんの好みをお聞きしながら、食べたいものを楽しく召し上がっていただきたいと考えています。小さな楽しみを見つけてストレスを解消してゆきましょうね。

統括部長 浦山 陽一



献立表



	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
昼食				玉子と豆腐のしんじょ 鶏の天ぷら 和風サラダ 野菜炒め	かやくご飯 きつねうどん 青菜の和え物	ジャーマンオムレツ ひき肉と野菜の炒め物 スナッペンとうのサラダ もやしの酢の物
おやつ				お茶プリン	どら焼き	今川焼
	5	6	7	8	9	10
昼食	メバルの甘辛煮 ちくわと野菜の金平 ゆで野菜サラダ 中華風酢の物	明太子パスタ パン スープ かぼちゃサラダ	鶏の塩麹照り焼き 卵の花 白菜とキノコの中華炒め 人参サラダ	おでん風煮 二色なます 小松菜のお浸し	コロッケ 貝だくさんのみそ汁 春雨の酢の物	特別弁当
おやつ	コーヒージェリー	ドーナッツ	ミニエクレア	ようかん	ぶどうゼリー	プリン
	12	13	14	15	16	17
昼食	ちらし寿司 お吸い物 煮物 ちくわの磯辺揚げ	ミートボールの黒酢風味 ナスと豚肉の炒め物 カリフラワーのサラダ ナムル	カレーうどん おにぎり 青菜の和え物	かき揚げ丼 みそ汁 たまご焼き 青菜の和え物	天ぷら 枝豆の玉子とじ オクラと湯葉の酢の物 みかん缶	鶏肉の山椒みそ焼き 野菜炒め 菜の花のゴマ和え がんもどきの煮物
おやつ	せんべい	水ようかん	カステラ	ようかん	抹茶まんじゅう	みかんゼリー
	19	20	21	22	23	24
昼食	サバと大根のみそ煮 おから みそ汁 きゅうりの酢の物	チキンカツカレー コールスロー スープ	ジャガイモのそぼろ煮 いんげん肉巻きフライ にら玉もやし炒め 菜の花と桜えびの和え物	回鍋肉 春雨のサラダ 水ぎょうざ きゅうりのゴマ和え	タンドリーチキン炒め野菜添え 大豆とハムのサラダ ちくわとゴボウの金平風 うまい菜の辛子和え	特別弁当
おやつ	クッキー	ぶどうゼリー	クレープ	手作りおやつ	プチシュークリームチョコ	ワッフル
	26	27	28	29	30	
昼食	中華丼 スープ ぎょうざ 春雨の酢の物	つくねと野菜の炊き合わせ 焼きそば れんこんサラダ 菜の花のゴマ和え	サワラの生姜風味照り焼き 五目豆 ひじきのサラダ じゃこビーマン	にゅうめん いなり寿司 お浸し かぼちゃのいとこ煮	ハヤシライス ポテトサラダ スープ	
おやつ	桃缶	どら焼き	ココアプリン	手作りおやつ	クッキー	
				←手作り昼食		←お弁当

- 4月レクリエーション予定
- ・お花見
  - ・健康運動指導士の今井先生によるリハビリ体操 4/7 (火) 4/25 (土)
  - ・手作りおやつ (桜餅) ・風船バレー試合 ・ボーリング大会

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