



敬老祝賀会をしました



敬老会

敬老ビンゴ大会



手作り昼食（敬老会）



プレゼント・紅白饅頭



ビンゴ景品



敬老カラオケ大会



今年は綾デイの「敬老会」を9月16日（木）に開催いたしました。ささやかですがゲームや歌でお祝いをさせていただきました。

敬老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。職員からは亀の形のキーホルダーをプレゼントさせて頂きました。ビンゴゲームでは先着順で賞品を選んでいただき。素敵なセーターやマフラー。大きな音の出る目覚まし時計を獲得し喜んでいただきました。

「運動の秋を楽しんでください。」

綾デイでは秋のよい季節に、各種の運動を実施させていただいています。

- ①リハビリ運動指導専門の先生による「リハビリ体操の日」
- ②センター周囲を見守りつつ楽しく歩いていただく散歩をかねた「歩行訓練」
- ③看護師による下肢筋力強化、可動域改善を目的とした「ナース体操」
- ④音楽に合わせて心身をリラックスさせつつきたえる「リハビリ体操」
- ⑤昼食前の食事をしっかりかんでスムーズに飲み込むための「お口の体操」

デイ利用の隠れた効果として重要なのが、利用中に自然に身体を動かすことで筋力をきたえる効果があります。これが「生活リハビリ」です。デイを休まず利用することがリハビリになります。がんばりましょう。

統括部長

浦山 陽一



献立表

	月	火	水	木	金	土
					1	2
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 レンコンのゴマドレサラダ	じゃがいものそぼろ煮 いんげん肉巻きフライ 大根菜とじゃこの炒め物 豆腐サラダ
おやつ					プリン	きなこおはぎ
	4	5	6	7	8	9
昼食	天ざる 天ぶら おにぎり 紅白生酢	エビの玉子焼きと野菜の天ぶら 野菜の炒め煮 海草サラダ 畑菜のゴマ和え ひじきご飯	チャーハン 水餃子 唐揚げ ナムル	豆腐と野菜の肉みそかけ ひじきの五目煮 アスパラのサラダ 真砂和え	ハヤシライス ポテトサラダ スープ	特別弁当
おやつ	ようかん	桃缶	コーヒーゼリー	焼きドーナツ	ドーナツ	ヨーグルト
	11	12	13	14	15	16
昼食	彩り野菜のポークジンジャー 根菜の炒め煮 棒々鶏サラダ いんげんのみそ和え	ミートスパゲティ ブロッコリーとツナ和え スープ パン	豚肉と野菜の田舎煮 だし巻き ほうれん草のツナ和え ひじきのゴマドレッシング	すき焼き風 酢の物 出し巻き みそ汁	粕汁 竹輪の磯部揚げ 厚揚げステーキ	枝豆の玉子とじ 天ぶらの盛り合わせ 五色辛子和え みかん缶
おやつ	どら焼き	せんべい	プチシュークリーム	あんぱん	カステラ	クリームコンフェ
	18	19	20	21	22	23
昼食	お好み焼き スープ 酢の物 おにぎり	豆ご飯 野菜炒め みそ汁 千切り大根	ミートボールと野菜の甘辛煮 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	松茸風ご飯 煮物 お吸い物 茶わん蒸し わかめの酢の物	あつさり焼肉 だし巻き ナムル ビーフン和風ソテー	サバの揚げ煮 麩の玉子とじ 春菊のかか和え ワカメとエノキの酢の物
おやつ	コーヒーゼリー	クッキー	ミニクリームパン	ようかん	ワッフル	蒸しケーキ
	25	26	27	28	29	30
昼食	オムライス スープ 大根のツナサラダ コロケ	野菜入り四川豆腐 ポテトサラダ 白菜の梅和え 大根菜のかか和え	たぬきうどん いなり寿司 竹輪の磯部揚げ	つくねと野菜の炊き合わせ 焼きそば ブロッコリーのごま和え きゅうりと甘酢生姜の和え物	肉団子甘酢和え 青菜の和え物 紅白生酢	特別弁当
おやつ	鈴カステラ	今川焼	手作りおやつ	プチシュークリームチョコ	クッキー	黒糖まんじゅう
				←手作り昼食		←お弁当

10月のレクレーション予定

- ・運動会 (10/8)
- ・手作りおやつ (10/27)
- ・今井先生リハビリ体操 (10/9、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