

# 綾 デイ便り



発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2022年7月号

## 七夕



### ～七夕飾り～

七月恒例の行事、七夕を今年もいたしました。  
デイの皆さんにも、短冊に願い事を書いていただきました。  
「健康・長寿」「家内安全」の他個性的な願いもありました。  
「3億円欲しい」「マスク無くなれ」「世界平和」等々。  
来年の七夕には平和で平穏な生活が戻ってきますように。  
心から願っています。

## 手作り昼食



鮎ご飯



本日の収穫



今年の初夏の『季節の味覚』は鮎ごはんをメインの鮎づくしの定食でした。鮎は釣り名人の職員が釣ってきた天然の鮎です。

皆さま口々に「おいしかったわ。」「天然の鮎なんて初めて食べたわ。」と喜んでくださいました。

料理人も腕を振るい作った献立でした。

## 『夏を乗り切ってください』～倒れないでください～

暑い夏がやってまいりました。コロナもおさまらず猛暑で熱中症も怖いです。我々も衛生に気をつけて、猛暑対策も工夫をして倒れないようにしましょう・

- ① エアコンを使って下さい。＝今の猛暑は自然の風を入れるから大丈夫。というレベルをこえています。ためらわずエアコンを。
- ② 水分をこまめにしっかりとって下さい。飲んだつもりでは不足ですよ。
- ③ これはおかしい。と思ったら119番（救急車）を呼んでください。

※以上をご参考に元気にお過ごしください。

統括部長 浦山 陽一



## 献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
昼食	肉団子の甘酢あんかけ みそ汁 春巻 青菜ともやしのナムル	ナポリタンスパゲティ パン スープ コールスローサラダ	じゃがいものそぼろ煮 いんげん肉巻きフライ きゅうりとえのきの酢の物 キャベツのかか和え	ためぎうどん いなり寿司 酢の物 青菜の和え物	豆腐と野菜の肉みそかけ ひじきの五目煮 三色生酢 真砂和え	鶏肉のカレーパン粉焼き 麩の玉子とじ にんじんサラダ 白菜とキノコの中華炒め とうもろこしご飯
おやつ	杏仁豆腐	クッキー	プチシュークリーム	コーヒーゼリー	どら焼き	クリームコンフェ
	8	9	10	11	12	13
昼食	マーボー丼 スープ ナムル ぎょうざ	かき揚げ丼 みそ汁 干切り大根 酢の物	かに玉風 コロッケ 吹き寄せ煮 ゴーヤのサラダ わかめご飯	サバのごま照り焼き 高野豆腐の玉子とじ ごぼうサラダ 畑菜の磯和え	ハヤシライス パン スープ ポテトサラダ	エビと豆腐の揚げ出し 筑前煮 にんじんサラダ ほうれん草のかか和え
おやつ	バームクーヘン	ようかん	もも缶	焼きドーナツ	手作りおやつ	くずもちゼリー
	15	16	17	18	19	20
昼食	ちらし寿司(しやけ寿司) 煮物 お吸い物 青菜の和え物	チキンチャップ 真砂和え オクラとえのきのお浸し ツナ入りポテトサラダ	カレーの生姜煮 野菜の天ぷら ビーフン和風ソテー 白菜の塩昆布和え	オムライス コロッケ スープ 酢の物	野菜炒め 具だくさん豚汁 ひじきの煮物	特別弁当
おやつ	せんべい	ヨーグルト	黒糖まんじゅう	プリン	ドーナツ	コーヒーゼリー
	22	23	24	25	26	27
昼食	焼きそば スープ おにぎり ぎょうざ	豚肉と夏野菜の冷やし鉢風 だし巻き ナムル ビーフン和風ソテー 枝豆ご飯	チャーハン 水ぎょうざ 唐揚げ ナムル	鶏肉のボン酢焼き ちくわのカレーソテー カリフラワーのサラダ 小松菜の生姜醤油和え	冷麺 おにぎり 春巻	特別弁当
おやつ	スイカ	プチケーキ	手作りおやつ	ミニマフィン	ようかん	クレープ
	29	30	31			
昼食	天ぷら ざるそば かやくご飯 青菜の和え物	天津飯 スープ チヂミ 酢の物	鶏のみそバター焼き ポテトサラダ 炊き合わせ 五色甘酢和え			
おやつ	クロワッサン	クッキー	チョコプリン			
				←手作り昼食		←お弁当

### 8月レクリエーション予定 ・夏祭り 8/22(月)

- ・健康運動指導士の今井先生によるリハビリ体操 8/11(木) 8/27(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