



## 秋の運動会



おじゃみ玉入れ



パン食い競争



表彰状



紅組 優勝



10月17日(月)に綾デイサービス山科、  
第10回秋の運動会をさせていただきました。

恒例の「パン食い競争」もいたしました。手を使わずに口でとるのは結構難しいですが、皆さん真面目に頑張ってくださいました。アンパンとクリームパンとドーナツ、チョコレートパンの4種類どのパンになるかお楽しみでした。

結果、今年の優勝は赤組でした。  
おめでとうございます。

## パステルアート



上手に  
出来ました

『パステルアートの会』が始まりました。

ご利用者の希望で今月から、パステルアートの教室が始まりました。お一人が先生役をしてくださり生徒さん多数です。パステルの粉で絵を描きます。基本から教えていただき、これからみなさんお好きな絵を仕上げてください。楽しみに。

『冬に備えてくださいね。』

10月も末になりだんだん寒くなってまいりました。皆さま冬のお支度は終わりましたか。衣類の衣がえから寝具の交換等、必要なことが色々あります。自力で難しい場合は、ご家族やヘルパーさんをお願いいただくことも必要ですね。

今年はコロナやインフルエンザの流行に備えてワクチンの接種も必要になってきます。コロナワクチンの場合は4回打った方はひとまず終了です。インフルエンザの予防接種については、今年は生活保護を受けておられる方以外は、1,500円かかります。

かかりつけの医師がおられる方は窓口に行ってください。いない方はデイの看護師や職員に遠慮なくおたずね下さい。体調に気をつけて元気に冬を迎えましょう。

統括部長 浦山 陽一



献立表

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
昼食		かやくご飯 みそ汁 カボチャの煮物 金平風煮	ゆで豚の辛子酢味噌がけ 紅花がんとみぞれ合わせ もやし中華風の酢の物 畑菜の磯和え	白身魚のおろし煮 チャブチエ風 ポテト梅マヨネーズ 大根葉の炒め物	チャーハン から揚げ 水ぎょうざ ナムル	特別弁当
おやつ		ようかん	ヨーグルト	クリームコンフェ	杏仁豆腐	プリン
	7	8	9	10	11	12
昼食	ちらし寿司 お吸い物 煮物 お浸し	ビーフシチュー パン スープ ポテトサラダ	ミートボールとナスの旨煮 コーンサラダ 玉子ロール いんげんとほぐし鶏の味噌和え	焼きそば おにぎり みそ汁 酢の物	おでん 青菜の和え物 金平風煮	肉じゃが ふきの味噌和え 野菜とかまぼこの天ぷら たけのこしいたけの中華風炒め
おやつ	クッキー	コーヒーゼリー	おはぎ	ようかん	手作りおやつ	ミニクリームパン
	14	15	16	17	18	19
昼食	粕汁 煮物 酢の物 ちくわの磯部揚げ	白身魚のごま味噌焼き ビーフン 和風ソテー 大根葉とちくわのかか和え コーンたっぷりポテトサラダ	ハンバーグ照り焼ききのこソース マカロニとツナのフレンチドレ和え 三色ビーマンソテー さつまいもリンゴの甘煮	オムライス スープ ポテトサラダ コールスローサラダ	かつ丼 みそ汁 浅漬け 青菜の和え物	特別弁当
おやつ	ようかん	ココアワッフル	もも缶	コーヒーゼリー	ようかん	コーヒーゼリー
	21	22	23	24	25	26
昼食	たぬきうどん いなり寿司 酢の物 ちくわの磯部揚げ	クリームシチュー パン マカロニサラダ 春巻き	サバの韓国風照り焼き 野菜の炒め煮 マカロニサラダ 白菜と塩昆布の和え物	二色丼 すいとん汁 青菜の和え物 しゅうまい	麻婆丼 スープ 餃子 ナムル	ミートボールのトマト煮 ニラ玉もやし炒め いんげんのごま和え さつまいもリンゴの甘煮
おやつ	クロワッサン	杏仁豆腐	ミニマフィン	手作りおやつ	鈴かステラ	ミニエクレア
	28	29	30			
昼食	ラーメン ナムル おにぎり 餃子	かき揚げ丼 みそ汁 青菜の和え物 金平風煮	アジのカレー南蛮漬け 焼きうどん ナスの利休煮 チンゲン菜の磯和え			
おやつ	ドーナツ	クッキー	黒糖まんじゅう			
				←手作り昼食		←お弁当

- 11月レクリエーション予定
- ・風船バレー試合
  - ・買物レクリエーション
  - ・手作り昼食
  - ・手作りおやつ
  - ・紅葉ドライブ
  - ・今井先生リハビリ体操 (11/3, 11/12)



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