デイサービスセンターあさひが丘だより10月

♪敬老会♪

9月24日(木)に敬老会を行いました。今年の敬老会は職員手作りの人形劇！「花咲かじいさん」です。
職員が人形を持ち、花咲かじいさんのお話しを皆さんに人形劇で見て頂きました。
慣れない人形劇に職員があたふたしている姿もご愛嬌！！最後に「花を咲かせましょう！」の言葉で
ぱあ～っと咲きました！皆さん笑って鑑賞して頂けました♪
おやつは、紅白のロールケーキ♪美味しく召し上がってみえました。
デイサーからの記念品の写真とプレゼントを皆さんに渡させて頂きました♪
いつまでも元気にデイサービスに通って下さいね♪
皆さんと一緒に職員一同、楽しい時間を過ごしました。

♪ゲーム大会♪

9月14日(月)にゲーム大会を開催しました。今回は、紅白対抗戦！！
まずは、準備運動でラジオ体操を行いました。そして、1種目目の「ボールゲーム」を行いました。
新聞紙の棒を2本持って頂き、紅白の玉を棒で挟んで箱に運び入れるゲームです！！
「あれ？」「転がる！」と皆さん悪戦苦闘！！真剣な表情で玉を運んでみえました。
2種目目は「重さ当てゲーム」です。お題の250グラムになるようにお手玉をのせるゲームです。
「あ～軽すぎた!」「たくさん乗せ過ぎかな‥」と考えながら挑戦してみえました。
2つのゲームは紅白引き分け！！でした。が‥。250グラムぴったりの方がみえたチームの勝ち！となりました。
皆さん盛り上がり楽しいゲーム大会でした♪景品もお持ち帰り頂きました。

♪脳トレクイズ♪

もみじは気温が何度になると赤くなり始めるでしょうか？

1. 8℃
2. 15℃
3. 0℃

答えは来月のお楽しみ♪

9月の答えは2でした♪

♪今月のプログラム♪

10月 8日(木) 芋煮会
10月13日(火) 秋の生け花レク
10月19日(月) 運動会
10月7日(水) 山下先生の音楽療法
10月9日(金) ふれあい交流会(神屋小学校生徒)

☆行事予定は変更になる場合があります。よろしくお願いします。

♪秋のお茶会♪

9月16日(水)にお茶会を開催しました。
いつもと違う、雰囲気のおやつは皆さん
いつも楽しみにして下さっています。
お抹茶を立てたことがある方は、「懐かしい」と
お手前を見せて下さり、立てたことのない方は
職員に任せて下さり「お抹茶美味しい～」と。
お楽しみの、おやつは秋らしく！！！
栗のお饅頭！！皆さん、抹茶と一緒に
お召し上がりいただきました♪
笑顔のお茶会でした。

10月の献立カレンダー

	10月1日	10月2日	10月3日
曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	ボーリング	お手玉	カラオケ
昼食	おついたち	キャベツ入りメンチカツ	鶏むねのタンドリーチキン
	赤飯	マカロニのチーズクリーム	人参とわかめの土佐煮
	さわらの西京焼き	ブロッコリーの胡麻和え	いんげんのくたくた
	豆腐けんちん煮		
	きゅうりの塩だれ和え		
おやつ	とうもろこしせんべい	レモンケーキ	黒糖鈴カステラ

	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	ボール	フリスビー	ゴルフ	テーブル	カラオケ	カラオケ
昼食	鶏ももの唐揚げ	豚肉の生姜焼き	木の葉丼	寒露	ナポリタン	白身魚のきのこあんかけ
	マッシュポテト	人参しりしり	からし菜ときくらげの田舎風	生姜香るタラの竜田揚げ	なすのソテー風	しろ菜とちくわの煮浸し
	キャベツとコーンのお浸し	きゅうりの中華和え	わかめと玉ねぎの甘酢和え	豆の煮物	コールスローサラダ	柿なます
				ブロッコリーの胡麻和え		
おやつ	お米レシピこだわりの塩	紫いもプッセ	キャラメルコーン	特選ほまれ	安納芋のバウムクーヘン	ソフトせん

	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	ボーリング	生け花レク	釣り	カラオケ	クイズ	カラオケ
昼食	ご当地グルメ　島根県	鶏の西京焼き	白身魚の揚げ煮	たまごそば	ほっけの塩焼き	一口とんかつ
	えびす丼	切り干し大根の煮物	きんぴらごぼう	ちくわの磯辺揚げ	セロリと人参のごまきんぴら	キャベツと薄揚げの煮びたし
	青しそきゅうり漬け	ひじきとみずくわいのサラダ	キャベツの辛子和え	きゅうりの和え物	切り干し大根のピクルス	わかめと玉ねぎの甘酢和え
	ちょこっとぜんざい			ラムネジュレ		
おやつ	クリームプッセ	クッキアミルクチョコ	人形焼き	塩せん	柚実香	パリッツェル

	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	運動会	フリスビー	ボール	テーブル	カラオケ	カラオケ
昼食	白身魚のケチャップ煮	肉じゃが	わかめうどん	八宝菜	霜降	三色丼
	野菜のスープ煮	厚焼き卵	豆乳がんもの含め煮	さつま芋の甘煮	ヨコシマサワラの生姜煮	セロリと人参のごまきんぴら
	人参と蒸し鶏の和え物	小松菜のわさび和え	もやしのごま和え	ごぼうサラダ	カリフラワーの豆乳クリーム和え	3色豆のツナマヨサラダ
			白桃ジュレ		ほうれん草の胡麻和え	
おやつ	クックダッセチョコレート	黒糖ろーるけーき	各種ゼリー	小倉バウム	ふわっと枝豆味	和やかロアンヌ

	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	ゴルフ	ボール	ボーリング	お手玉	フリスビー	カラオケ
昼食	コロッケ	とろろうどん	さわらの漬け焼き	親子丼	カレイの中華あんかけ	ハロウィン
	からし菜ときくらげの田舎風	青菜とピーマンのカラフル炒め	豆の煮物	キャベツと薄上げの煮びたし	茄子の吉野煮	かぼちゃのクリームシチュー
	ひじきのサラダ	かに玉風かまぼこ	小松菜のわさび和え	大根なます	人参と蒸し鶏の和え物	紅芯大根のマリネ
		ぶどうジュレ				パンプキンプリン
おやつ	厚切りバウムクーヘン	各種ゼリー	無限えび	バウムクーヘン(紅茶)	和栗のパウンドケーキ	チョコブッセ

☆ご利用者様の健康管理の一環としてお薬の情報提供をお願いします。お薬が新しくなった際には、ご連絡、お薬手帳及びお薬の説明書をご持参ください。

☆マスク着用ルールの緩和に伴い、ご利用の際のマスクの着用については判断をお任せします。朝のお迎え時は当面の間、全員マスク着用を継続させて頂きます。

☆到着後、体調確認にて問題がない場合につきましては、マスクを外してお過ごし頂くことも可能です。

日頃より南天をご利用いただきありがとうございます。
南天ではご利用される皆様が安心して楽しんでいただけるよう環境作りに努め、行事を企画しています。
ご意見、ご要望などありましたらお気軽にお申し付けください。

敬老の日

今年の敬老の日も食事でお祝いをさせていただきました。敬老の日特別メニューの栗赤飯や天ぷら盛合せをお重に詰め、視覚からもお楽しみいただきました。

サクソフォン・コンサート

9月19日、サクソフォーン四重奏の「シロクマカルテット」の皆さんがお越しになり、演歌や歌謡曲など利用者様になじみのある曲を演奏してくださいました。四重奏が奏でるハーモニーはとても圧巻で、リズムを取りながら聴かれている方、一緒に歌われる方もみえ、アンコール曲は「マツケンサンバⅡ」で大盛り上がりとなりました!!

秋の壁画

秋をテーマに鹿と紅葉した木の葉の壁画を作成中です。木の葉は皆さんが思い思いに色を塗り、葉を切り取って台紙に貼っています。完成が楽しみです。

9月のフラワーアレンジメント

お花屋さんが用意してくださる花が濃い赤やオレンジなど、秋を感じさせる物になってきました。みなさんで楽しみながら工夫して生けています。

感染症予防に
ご協力ありがとうございます(≧▽≦)

○乗車時の検温と消毒にご協力下さい。また体調不良の際は利用をご遠慮下さい。

○11月～3月は感染症予防のため、常時マスクの着用をお願いしています。

○送迎車、デイルームは常時、換気をしています。

○手洗い、うがい及び消毒を実施しています。

10月の行事案内(*´▽`*)

○少しずつ涼しくなり外出行事(公園散策)を再開します。お楽しみに!!

◆南天からのお願い◆

ご利用者様の健康管理の一環として、お薬の情報提供をお願いします。
お薬が新しくなった際には、ご連絡、お薬手帳及びお薬の説明書をご持参ください。

令和8年 1 月

おしながき

月	火	水	木	金	土
『ご当地グルメ・島根県』 10月は神様が留守になることから「神無月」といいますが、島根県(出雲)では逆に、全国から神様が集まる「神在月」と呼ばれています。「神在月」の10月にちなんだ、島根県のご当地グルメ【えびす丼】と、ぜんざい発祥の地、島根を感じる【ちょこっとぜんざい】をお楽しみ下さい。			1 健康な日々に願いを込めて 『おついたち』 ◆赤飯(北海道産小豆) ◆さわらの西京焼き ◆豆腐けんちん煮 ◆きゅうりの塩だれ和え おやつ とうもろこしせんべい	2 ◆キャベツ入りメンチカツ ◆マカロニのチーズクリーム ◆ブロッコリーの胡麻和え おやつ レモンケーキ	3 ◆鶏むねのタンドリーチキン ◆人参とわかめの土佐煮 ◆いんげんのくたくた おやつ 黒糖鈴カステラ
5 ◆鶏ももの唐揚げ ◆マッシュポテト ◆キャベツとコーンのお浸し おやつ 誕生日会ケーキ	6 ◆豚肉の生姜焼き ◆人参しりしり ◆きゅうりの中華和え おやつ 紫いもプッセ	7 ◆木の葉丼 ◆からし菜ときくらげの田舎風 ◆わかめと玉ねぎの甘酢和え おやつ キャラメルコーン	8 『寒露』 ◆生姜香るタラの竜田揚げ ◆豆の煮物 ◆ブロッコリーの胡麻和え おやつ 特選ほまれ	9 ◆ナポリタン ◆茄子のソテー風 ◆コールスローサラダ おやつ 安納芋バウムクーヘン	10 ◆白身魚のきのこあんかけ ◆しろ菜とちくわの煮浸し ◆柿なます おやつ ソフトせんべい
12 『ご当地グルメ』 ～島根県～ ◆えびす丼 ◆ちょこっとぜんざい ◆青しそきゅうり漬け おやつ マーマレードプッセ	13 ◆鶏の西京焼き ◆切干大根の煮物 ◆ひじきとみずくわいのサラダ おやつ おやつ作り五平餅	14 ◆白身魚の揚げ煮 ◆きんぴらごぼう ◆キャベツの辛子和え ◆ぶどうジュレ おやつ 人形焼き	15 ◆たまごそば(温) ◆ちくわの磯辺揚げ ◆きゅうりの和え物 ◆ラムネジュレ おやつ 塩せんべい	16 ◆ほっけの塩焼き ◆セロリと人参のごまきんぴら ◆切干大根のピクルス おやつ 柚実香	17 ◆一口とんかつ ◆キャベツと薄揚げの煮浸し ◆わかめと玉ねぎの甘酢和え おやつ チョコプレッツェル
19 ◆白身魚のケチャップ煮 ◆野菜のスープ煮 ◆人参と蒸し鶏の和え物 おやつ チョコラングドシャ	20 ◆肉じゃが ◆厚焼き卵 ◆小松菜のワサビ和え おやつ 黒糖ロールケーキ	21 ◆わかめうどん(温) ◆豆乳がんもの含め煮 ◆もやしの胡麻和え ◆白桃ジュレ おやつ 各種ゼリー	22 ◆八宝菜 ◆さつまいもの甘煮 ◆ごぼうサラダ おやつ 小倉バウム	23 『霜降』 ◆ヨコシマサワラの生姜煮 ◆カリフラワーの豆乳クリーム和え ◆ほうれん草の胡麻和え おやつ 米粉スナック	24 ◆三色丼 ◆セロリと人参のごまきんぴら ◆三色豆のツナマヨサラダ おやつ あんこロアンヌ
26 ◆コロッケ(野菜入り) ◆からし菜ときくらげの田舎風 ◆ひじきのサラダ おやつ 厚切りバウムクーヘン	27 ◆とろろうどん(温) ◆青菜とピーマンのカラフル炒め ◆かに玉風かまぼこ ◆ぶどうジュレ おやつ 各種ゼリー	28 ◆さわらの漬け焼き ◆豆の煮物 ◆小松菜のワサビ和え おやつ 無限えび	29 ◆親子丼 ◆キャベツと薄揚げの煮浸し ◆大根なます おやつ 紅茶バウムクーヘン	30 ◆カレイの中華あんかけ ◆茄子の吉野煮 ◆人参と蒸し鶏の和え物 おやつ 和栗のパウンドケーキ	31 『ハロウィン』 ◆かぼちゃのクリームシチュー ◆紅芯大根のマリネ ◆茹でブロッコリー ◆パンプキンプリン おやつ チョコプッセ

○アレルギーがある場合は遠慮なくお申し出下さい。○献立が変更となる場合があります。