

令和 4 年



いちばん便り

いちばん介護
デイサービスセンター
TEL 0778-22-0055
<http://ichibankaigo.com>

蝉の声が賑やかな季節になりました。7月終わりには戻り梅雨も明け、本格的な夏を迎えています。先月は、急なデイサービス休業により、ご利用者様とご家族様には、ご心配とご迷惑をお掛けし申し訳ございませんでした。新型コロナウイルスの感染拡大には、まだまだ気を緩めることが出来ません。今後も感染対策を行い、皆様に安心してご利用頂けるよう努めてまいります。皆様も新型コロナウイルス同様、熱中症等にも気を付けて頂き、少しでも体調がすぐれない等ありましたら、決して無理をせずに、休養を優先して頂きたいと思っております。今後ともご協力のほど宜しくお願い致します。

☆壁飾りの作品☆



“ひまわりと朝顔”の壁飾りがきれいに出来上がりました。デイサービス玄関に飾られています。



8月のレクリエーション予定

24日(水) 夏まつり
25日(木) 夏まつり



当面の所、外部からのボランティアを停止させて頂き、職員によるレクリエーションを企画しております。

デイサービス菜園

南瓜が、2つ大きくなっています。もっと大きくなあれ～



出来てるね！小さいんだけどおいしそうだね～(#^.^#)

“花はす”の壁飾り。立体感があり、見た目もとても綺麗です☆

三択クイズ

夏は、暑い日が続き熱中症になりやすい季節ですが、一日の水分量は最低どのくらいとれば良いのでしょうか？

- ①1000cc
- ②1500cc
- ③500 cc



答え:②1500 cc

人間の体内から一日 2500 cc以上の水分が出ています。このうち、1000 ccは食事から、残り 1500 ccは水を飲み補う必要があります。



令和4年8月昼食献立表

いちばん介護 デイサービスセンター

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | ド |
|--|---|--|--|---|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 米飯 ほっけの塩焼き あげの そぼろあんかけ 大根の 胡麻ドレサラダ | 米飯 八宝菜 里芋の小倉煮 カリフラワーの サラダ | 米飯 鮭の ちゃんちゃん焼き 大根の煮物 さつま芋サラダ 吸物 | 米飯 とんかつの 卵とし 大豆の煮物 胡瓜の酢の物 | 穴子ちらし寿司 法蓮草のサラダ 厚揚げの煮物 豚汁 みかん缶 | 米飯・スープ じゃが芋と 豚肉の味噌炒め かぶの煮物 キャベツの 胡麻和え |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 11 |
| 米飯 豚バラ大根 カレー野菜炒め 揚げの おろし和え | 米飯・エビチリ ピーマンと 茄子の炒め煮 法蓮草とささ身の 胡麻和え コンソメスープ | 米飯 スペイン風 オムレツ ミートボールと 白菜の中華煮 青梗菜のナムル | 米飯 鯖の西京焼き 里芋煮 春菊の辛子和え 吸物 | 米飯 豚肉の ケチャップ炒め ひじきの煮物 棒々鶏 | 米飯 カレイの おろし煮 ポークビーンズ 白菜のサラダ ワカメスープ |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 米飯 鰯の南蛮漬け ジャーマン ポテト 法蓮草のお浸し | 米飯 鶏肉の唐揚げの おろしのせ 蒸し春巻き 海草サラダ | 米飯 豚肉の生姜焼き かぶの煮物 いんげんの ゆかりマヨ和え | 米飯 ささみカツ& エビフライ 茄子の煮物 揚げの おろし和え | 米飯 豚肉と 白菜のうま煮 茶碗蒸し・吸物 法蓮草と きのこの和え物 | 米飯 鯖の味噌煮 野菜の 炊き合わせ 春菊の中華和え |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 米飯 赤魚の ケチャップあんかけ 筑前煮 小松菜の 胡麻和え ワンタンスープ | 米飯 豚肉のトマト煮 南瓜の煮物 大豆サラダ | 米飯 ほっけの生姜煮 青梗菜と豚肉の カレー炒め 切干大根の 胡麻マヨ和え | カレーライス キャベツの サラダ コンソメスープ 福神漬け フルーツポンチ | 米飯 鰯の塩焼き 揚げの 炊き合わせ キャベツの 生醤油和え | 米飯 とん平焼き 白菜の煮浸し さつま芋の 白和え |
| 29 | 30 | 31 | | | |
| 米飯 肉コロッケ 法蓮草と 厚揚げの煮物 白菜梅和え かけ卵スープ | ゆかりご飯 きつねうどん キャベツの チャンプルー 野菜かき揚げ 黄桃缶 | 米飯 大根と 鶏肉の煮物 南瓜の ミートグラタン キャベツサラダ | | | |

