

# みずほだより10月号

## 第7回 敬老会

■入所施設と合同で開催している敬老会も、法人新設後から7回目を迎えることが出来ました。急遽外部の方の慰問がなくなりましたが、職員の有志による歌を楽しみました。



## 季節の天ぷら

■中庭に植えたかぼちゃを収穫して、天ぷらにしました。あつあつ、サクサク！揚げたては美味しいと大好評でした。



## お知らせ

### ■AYUMI EYE (あゆみ あい) 導入！

歩行解析デバイス、AYUMI EYE (あゆみ あい) を導入いたしました。腰にベルトを付け、歩行をすることで、歩行能力を数値化し、歩行状態をグラフに表示することが出来ます。理学療法士が付き、改善にむけたりハビリをご提案することが出来ます。

是非ご活用下さい。

■デイサービスみしょうえんのインスタグラムで、日々の様子などをお伝えしています。是非、ご覧ください。



## 今月の壁画

■十五夜のお月様にコスモスの花が映える、素敵な壁画になりました。コスモスは色のバランスを考えて貼っていただきました。



## 10月の空き状況

◎…充分余裕あり / ○…余裕あり / △…若干空きあり / ×…要相談

| 月 | 火 | 水 | 木   | 金 | 土 | 日   |
|---|---|---|-----|---|---|-----|
| ◎ | ○ | ◎ | お休み | ◎ | ○ | お休み |

ご利用日の追加や変更等のお問い合わせは、下記または担当のケアマネージャー様までお願い致します。



# 昼食献立表

10/ 1～ 10/ 30

★…行事食です。

(木、日曜日は定休日です。また、メニューが変更になることもございます。)



|                                                                                   | 1日 (火)                                                         | 2日 (水)                                                                      | 4日 (金)                                                                               | 5日 (土)                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|  | ご飯<br>かに玉 (醤油あん)<br>大根とツナの<br>中華ドレッシング和え<br>もずくスープ<br>オレンジ     | チキンカレー<br>ブロッコリーのサラダ<br>バナナ                                                 | ご飯<br>ミートローフ<br>かぼちゃサラダ<br>たまごスープ<br>りんごのコンポート                                       | ご飯<br>たらこの味噌漬け焼き<br>大根おろし<br>肉じゃが<br>いんげんの胡麻和え<br>ねぎと岩のりの味噌汁                          |
| 7日 (月)                                                                            | 8日 (火)                                                         | 9日 (水)                                                                      | 11日 (金)                                                                              | 12日 (土)                                                                               |
| ご飯<br>鰯の塩焼き<br>大根おろし<br>しらたきの炒り煮<br>胡瓜と加奴の酢の物<br>豆腐となめこの味噌汁                       | ご飯<br>鶏の香草焼き<br>ナポリタン<br>ブロッコリーと<br>竹輪の胡麻和え<br>小松菜と油揚げの<br>味噌汁 | ご飯<br>豚肉のカルビ焼き<br>リャンパンサンスウ<br>人参の甘酢生姜和え<br>にらと生揚げの味噌汁                      | ご飯<br>さばのみぞれ煮<br>もやしとハムの中華和え<br>湯豆腐<br>小松菜と卵の味噌汁                                     | 山菜そば<br>一口メンチカツ<br>フルーツヨーグルト                                                          |
| 14日 (月)                                                                           | 15日 (火)                                                        | 16日 (水)★                                                                    | 18日 (金)                                                                              | 19日 (土)                                                                               |
| ご飯<br>鶏の蜂蜜焼き<br>五目豆<br>人参の胡麻和え<br>大根菜とふのりの<br>味噌汁                                 | ご飯<br>豚肉の味噌炒め<br>シルバーサラダ<br>豆腐と岩のりのすまし汁<br>フルーツミルクゼリー          | きりたんぼ<br>胡瓜とシラスの酢の物<br>季節の果物                                                | ご飯<br>秋刀魚の塩焼き<br>大根おろし<br>白菜の卵とじ<br>人参の明太子和え<br>さやえんどうと<br>油揚げの味噌汁                   | ご飯<br>酢豚<br>もやしナムル<br>たまごスープ<br>ぶどうゼリー                                                |
| 21日 (月)                                                                           | 22日 (火)                                                        | 23日 (水)                                                                     | 25日 (金)                                                                              | 26日 (土)                                                                               |
| ご飯<br>肉豆腐<br>ごぼうサラダ<br>オクラの梅肉和え<br>板麩とわかめの味噌汁                                     | かきあげうどん<br>シュウマイ<br>りんごのワイン煮                                   | ご飯<br>鯖の南部焼<br>大根おろし<br>がんもどきの<br>生姜あんかけ<br>ブロッコリーの<br>明太マヨ和え<br>豆腐とわかめの味噌汁 | さつま芋ご飯<br>秋刀魚の七味焼き<br>大根おろし<br>かぶのそぼろあんかけ<br>胡瓜とわかめの酢の物<br>豆腐と万能ねぎの味噌汁               | ご飯<br>やわらかチキンカツ<br>ブロッコリーの<br>蟹風味あんかけ<br>さやえんどうと<br>油揚げの味噌汁<br>フルーツミルクゼリー             |
| 28日 (月)                                                                           | 29日 (火)                                                        | 30日 (水)                                                                     |                                                                                      |                                                                                       |
| ご飯<br>鮭の西京漬け焼き<br>甘酢生姜<br>さつま芋と<br>豚肉の炒め煮<br>いんげんのピリッ和え<br>小松菜と油揚げの<br>味噌汁        | ご飯<br>ホイコーロー<br>かぼちゃの甘煮<br>オクラのおかか和え<br>もずくスープ                 | ご飯<br>鮭のムニエル<br>きのこソース<br>なすのトマト煮<br>もやしの<br>コンソメスープ<br>キウイフルーツ             |  |  |