



# ふるさと



令和6年  
10月25日発行

朝晩と日中の寒暖差がありますが皆様、体調いかがですか。  
金木犀の甘い香りで秋の気配を感じております。

10月は、『スポーツの日』月間ということで運動レクを多く  
取り入れました。  
皆様、勝負事となると負けん気魂で気合が入ります。  
賑やかに楽しまれている様子を紹介致します。



ビーチボールバレー  
皆様、反射神経が抜群で  
ご自分の前にボールが来ると  
素早く打ち返しています。  
ビーチボールをどんどん  
増やして最終的に5個の  
ボールを打ち合いました。  
皆様、大忙しです。



こちらは、動く玉入れです。  
職員が籠を引っ張りながら  
歩きます。  
スピードがゆっくりから速くなり、  
皆様、狙いを定めて真剣です。  
1試合ごとに皆様で声を揃えて  
玉数を数えます。  
接戦になるとハラハラドキドキ！



## 制作の様子

今月の製作は、ハロウィンの飾りを作りました。ペットボトルのキャップに折り紙を貼り、7つ並べてかぼちゃに見立て、帽子や目鼻口を付けました。表情に個性が出ておりユーモアある作品に仕上がりました。



## 作品紹介

季節感ある塗り絵や書道など皆様、時間を掛けて丁寧に組みまれています。



白楽荘デイサービスセンター えがお (通所介護)

白楽荘デイサービスセンター ほのぼの (認知症対応型通所介護)

〒206-0042 多摩市山王下1-18-2 TEL: 042-376-2942

HP: <https://www.rakuyuukai.com/>

# 11月 えがおデイサービス予定表

月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
				イラスト当てゲーム	音楽療法
4日	5日	6日	7日	8日	9日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
言葉作りゲーム	音楽療法	洗濯バサミゲーム	〇〇ビンゴ	ジェスチャーゲーム	輪投げ
11日	12日	13日	14日	15日	16日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
昼ピアノ演奏	ピンポン玉落としゲーム	懐かしの歌謡曲	洗濯バサミゲーム	玉入れ	音楽療法
18日	19日	20日	21日	22日	23日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
イラスト当てゲーム	音楽療法	言葉作りゲーム	輪投げ	ふれあい歌謡ショー	〇〇ビンゴ
25日	26日	27日	28日	29日	30日
塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習	塗り絵 学習 書道自習
音楽活動	〇〇ビンゴ	イラスト当てゲーム	懐かしの歌謡曲	洗濯バサミゲーム	イラスト当てゲーム



令和6年

11月献立表



白楽荘デイサービスセンター

		1 (金)		2 (土)	
		☆表示されているカロリーに間食は含まれません [今月のイベント] ★郷土料理 8(金) 島根県 ★麺の日 5(火) 23(土)		535 kcal ポークカレーライス ブロッコリーのクリーム煮 コールスローサラダ 甘夏缶 コンソメスープ 531 kcal ごはん さわら柚子胡椒焼き 冬瓜とエビのくす煮 ほうれん草ごま和え ココアプリン みそ汁	
4 (月) 634 kcal		5 (火) 580 kcal		6 (水) 572 kcal	
ごはん アジの甘酢あんかけ 大豆トマト煮 タルタルブロッコリー きなこプリン みそ汁 白まんじゅう		塩タンメン シューマイ きのごバター醤油 キャラメルプリン 白まんじゅう		ごはん ほっけ山椒焼き 五目ずいき煮 栗きんとん ごぼうサラダ みそ汁 クリームサンド	
7 (木) 514 kcal		8 (金) 501 kcal		9 (土) 564 kcal	
豚丼 さつま揚げと野菜炒め 和風もずくサラダ ラムネゼリー みそ汁 クリームサンド		郷土料理 ~島根県~ すもじ つみれの煮物 筍の山椒炒め 柿なます そば汁 海老せんべい		ごはん 豚肉のカレー焼き 南瓜のいとこ煮 モロヘイヤ塩昆布和え りんごムース みそ汁 海老せんべい	
11 (月) 640 kcal		12 (火) 514 kcal		13 (水) 551 kcal	
三色サンド チーズオムレツ フレンチいんげん 洋ナシ缶 キャロットスープ カットバウム		ごはん 揚げ出し豆腐 ほうれん草の煮浸し フキのごま和え ヨーグルトパバロア みそ汁 カットバウム		キーマカレーライス アスパラソテー コロコロ野菜のサラダ フルーツカクテル缶 コンソメスープ ねぎみそ焼き	
18 (月) 565 kcal		19 (火) 514 kcal		20 (水) 606 kcal	
ごはん 鶏肉トマト煮 ぜんまいソテー スパゲティサラダ 黄桃缶 コーンスープ 青のりせんべい		ごはん ハムポテトフライ 南瓜レモン煮 酢みそインゲン たまご豆腐 冬瓜スープ 青のりせんべい		栗ごはん 鮭の西京焼き じゃが芋そぼろ炒め キャベツゆかり和え ほうじ茶プリン かみなり汁 抹茶ロールケーキ	
25 (月) 541 kcal		26 (火) 493 kcal		27 (水) 515 kcal	
ふわとろオムライス じゃが芋チーズ焼き 和風春雨サラダ 青りんごゼリー きのコスープ ソフトサラダ焼		わかめごはん 餃子の野菜あん ブロッコリーの香り炒め パプリカマリネ 杏仁フルーツ 中華スープ ソフトサラダ焼		ごはん マーボー茄子 小松菜とツナの煮浸し かぶとワカメ酢 いちごムース みそ汁 オレンジケーキ	
28 (木) 552 kcal		29 (金) 529 kcal		30 (土) 525 kcal	
ごはん 豚肉レモンバター炒め 肉詰いなり煮 カリフラワーサラダ マスカットゼリー みそ汁 オレンジケーキ		ごはん 豚肉のデミソース掛け ふき煮浸し パンプキンサラダ フルーツヨーグルト みそ汁 牛乳寒天		きのごうどん れんこん挟み揚げ アスパラソテー 白桃缶 牛乳寒天	
29 (金) 529 kcal		30 (土) 525 kcal			
ごはん さわら香味焼き なす揚げ浸し 春菊ごま酢和え なめらか水ようかん(芋) みそ汁 黒糖ケーキ		ごはん ミートローフ アスパラソテー きのごマリネ フルーツ缶 コンソメスープ 黒糖ケーキ			