



ふるさと



令和6年
11月25日発行

この【ふるさと】が皆様のお手元へ届く11月25日以降、街中ではもうクリスマスの飾りつけが始まっているころでしょう。

季節を感じていただきたく、皆様と一緒にクリスマスリース作りを行いました。



サンタクロースやベル、雪の結晶、まつぼっくりなど、クリスマスにちなんだイラストを複数用意し、皆様お好きなものを選んで飾りつけをしていただきました。



頭の体操の様子

午後、食休みの後にホワイトボードを使用して、頭の体操を行っています。歌詞のキーワードを書き出して何の歌か考え一緒に歌ったり、○に入る平仮名は何かを考えたり、三文字だけの野菜を挙げたりしています。



頭の体操をした後は、体を動かしています。頭も体も動かしてスッキリ☆この後は午後のレクリエーションが始まります！



🌿 年末年始休業日のお知らせ 🌿

12月31日（火）～1月3日（金）までお休みです。

1月4日（土）より営業致します。

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/>

12月 えがおデイサービス予定表

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7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
ピンポン玉落としゲーム	音楽療法	洗濯バサミゲーム	フラフープ玉入れ	ジェスチャーゲーム	音楽療法
9日	10日	11日	12日	13日	14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	ピンポン玉落としゲーム	言葉作りゲーム	輪投げ	〇〇ピンゴ	エアロフォン演奏会
16日	17日	18日	19日	20日	21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
懐かしの歌謡曲	音楽療法	クリスマス会	洗濯バサミゲーム	〇〇送りゲーム	音楽療法
23日	24日	25日	26日	27日	28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
〇〇ピンゴ	ボウリング	玉入れ	言葉作りゲーム	ふれあい歌謡ショー	懐かしの歌謡曲
30日	31日	  			
塗り絵 学習 書道自習					
〇〇送りゲーム					

令和6年 12月献立表

白楽荘デイサービスセンター

2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
ハヤシライス きのことパプリカ炒め ごぼうサラダ 赤ふどうゼリー きゃべつスープ じゃこ揚げせんべい 520k cal	ごはん いら玉 チンゲン菜のソテー 春雨サラダ マンゴープリン わかめスープ じゃこ揚げせんべい 564 k cal	三色丼 すいき煮 ☆ずいき = 里芋の茎の部分 スパゲティサラダ 甘夏缶 みそ汁 ミルクまんじゅう 566 k cal	みそ野菜ラーメン 海老シューマイ ぜんまい海苔和え 杏仁フルーツ ミルクまんじゅう 565 k cal	ごはん チンジャオロース さつま芋と切昆布煮 モロヘイヤレモン醤油和え あんみつ すまし汁 ワニあられ 563 k cal	郷土料理 ~長崎県~ 鶏飯 長崎てんぷら 浦上そばろ びわ缶 つぼ汁 ワニあられ 503 k cal
9 (月) ごはん ほっけ塩焼き アスパラ和風炒め ひじきサラダ 苺パバロア みそ汁 やわらか甘辛おかき 511k cal	ごはん 豚肉デミソース ブロッコリーと魚介炒め ポテトサラダ きなこプリン ザーサイスープ やわらか甘辛おかき 591 k cal	三色サンド (ツナ・コンビーフ・ジャム) 鮭のチーズ焼き フレンチほうれん草 黄桃缶 カレースープ 枝豆スナック 560 k cal	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 茄子の信田煮 白滝の真砂和え ☆真砂 = たらこ和え うくいす豆 みそ汁 枝豆スナック 512 k cal	さつま芋ごはん 海老の柳川煮 山菜のソテー 白菜ゆかり和え フルーツヨーグルト みそ汁 薄焼クリームサンド 544 k cal	ごはん フィッシュフライ 里芋煮め煮 チンゲン菜ささみ和え 練乳小豆プリン みそ汁 薄焼クリームサンド 534 k cal
16 (月) 月見ためきうどん 根菜と鶏肉のみそ煮 山芋短冊揚げ チョコプリン 柚子まんじゅう 550k cal	ごはん ぶりの梅みそ煮 アスパラ海鮮ソテー たまご豆腐 マスカットゼリー すまし汁 柚子まんじゅう 543 k cal	ごはん ロールキャベツ ふきのソテー マカロニサラダ みかん缶 えんどう豆のポタージュ あんずゼリー 549 k cal	ごはん 鶏肉の卵とし ひじき煮 ほうれん草ザーサイ和え ラムゼリー みそ汁 あんずゼリー 487 k cal	シーフードカレーライス ビーマンのソテー ごぼうサラダ 洋ナシ缶 コーンスープ パウムケーキ 599 k cal	ごはん ほっけ柚子照り焼き 南瓜いとこ煮 いんげんしらす和え ポテトサラダ みそ汁 パウムケーキ 519 k cal
23 (月) ごはん 鶏肉きご蒸し れんこん挟み揚げ 五目煮豆 ヨーグルトパバロア みそ汁 黒糖ミルクせんべい 548Kcal	ごはん アジフライ ごぼうの炒め物 海藻サラダ りんご缶 クラムチャウダー 黒糖ミルクせんべい 586Kcal	えびピラフ タンドリーチキン ジャが芋コンソメ煮 コールスローサラダ ケーキ トマトスープ フチマドレーヌ 571Kcal	菜めし 赤魚煮つけ なすオイスター炒め かぶと胡瓜の酢の物 パインムース みそ汁 フチマドレーヌ 509Kcal	ごはん ビーマン肉詰めフライ 卵の花煮 ブロッコリーのツナ和え ミルク寒天 カレースープ 心菓子 522Kcal	ごはん さわら梅しそき いんげんバター炒め すいき酢の物 メロンゼリー すまし汁 心菓子 515Kcal
30 (月) ごはん カレイねぎみそ焼き ふきの信田煮 マカロニサラダ 金時豆煮 すまし汁 チョコドーナツ 501Kcal				☆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 7(土) 長崎県 ★めんの日 5(木) 16(月) ★冬至 21(土) ☆クリスマス 25(水)	