



ふるさと



令和6年
12月25日発行

エアロフォン演奏会

師走に入り、寒さが厳しくなっております。
おでんが恋しい季節ですね。
感染症が流行しております。手洗い、うがい、
十分な水分・栄養補給、休息をとり予防しま
しょう。



迫力があり、
心に沁みま
した☆



12月中旬にエアロフォン
演奏会を行いました。
職員の高校時代の仲間が集い
「エアロクィーンズ」を結成
しました。この日の為に1年
前から練習を重ねて、クリス
マスメドレー等、素晴らしい
演奏をして下さいました。
又、プロのサクソ奏者の方
をお迎えして「津軽海峡冬景
色」等を演奏して下さい、圧巻
でした。

「マツケンサンバⅡ」
では、手作りボンボン
を振って参戦です！



クリスマス会

クリスマス会では、お馴染みのクリスマスソングを中心に歌い、「きよしこの夜」では、トーンチャイムを演奏しました。一音ずつ振り分けて、お一人ずつ演奏していただきました。綺麗な音色が響きました。最後に「マツケンサンバⅡ」の歌体操をしました。皆様、お元気に踊られ、大いに盛り上がりました。



「マツケンサンバⅡ」
ノリノリでしたね✨



「北国の春」
18番を熱唱
されました♪



☆年始休業日のお知らせ☆
12/31 (火) ~1/3 (金) までお休みです。
1/4 (土) より営業致します。

皆様、本年も大変お世話になりました。
来年もよろしくお願い致します。
良いお年をお迎え下さい。

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/>

1月 えがおデイサービス予定表

月	火	水	木	金	土
					4日
					塗り絵 学習 書道自習
					音楽療法
6日	7日	8日	9日	10日	11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/新年会	音楽療法	〇〇送りゲーム	ボウリング	イラスト当てゲーム	ボウリング
13日	14日	15日	16日	17日	18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
フラフープ玉入れ	ボウリング	懐かしの歌謡曲	〇〇ビンゴ	フラフープ玉入れ	音楽療法
20日	21日	22日	23日	24日	25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	言葉作りゲーム	ボウリング	懐かしの歌謡曲	ふれあい歌謡ショー	ジェスチャーゲーム
27日	28日	29日	30日	31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	
音楽活動	音楽療法	〇〇ビンゴ	シュートゲーム	言葉作りゲーム	

令和7年

1月献立表

白楽荘デイサービスセンター

<p>☆表示されているカロリーに間食は含まれません</p> <p>[今月のイベント]</p> <p>★郷土料理の日 6(月) 【福島県】</p> <p>★七草粥 7(火)</p> <p>☆麺の日 10(金) 22(水)</p> 								<p>4 (土)</p> <p>558 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>豆腐の豚そぼろあん</p> <p>サツマ揚とさつま芋煮</p> <p>めかぶと切干大根和え</p> <p>ブルーベリーヨーグルト</p> <p>みそ汁</p> <p>かぼちゃパバロア</p>			
<p>6 (月)</p> <p>505 kcal</p> <p>郷土料理 ~福島県~</p> <p>わっぱめし</p> <p>凍り豆腐の卵とじ</p> <p>みそかんづら</p> <p>こんにゃく白和え</p> <p>ざくざく</p>  <p>やわらかおかき (のり塩)</p>		<p>7 (火)</p> <p>507 kcal</p> <p>七草かゆ</p> <p>舌平目の和風ムニエル</p> <p>かぶとエビの煮物</p> <p>ごぼう辛子マヨ和え</p> <p>あんみつ</p> <p>アサリのすまし汁</p>		<p>8 (水)</p> <p>550 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>豚肉の甘辛炒め</p> <p>春菊とがんと煮浸し</p> <p>きのこおろし</p> <p>杏仁豆腐</p> <p>みそ汁</p>  <p>あんドーナツ</p>		<p>9 (木)</p> <p>515 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>さば塩焼き</p> <p>里芋と豚肉の味噌煮</p> <p>ぜんまいゴマ和え</p> <p>マスカットゼリー</p> <p>すまし汁</p>  <p>あんドーナツ</p>		<p>10 (金)</p> <p>594 kcal</p> <p>スパゲティミートソース</p> <p>ツナコーンサラダ</p> <p>チキンナゲット</p> <p>マンゴー缶</p> <p>コンソメスープ</p> <p>ゆずまんじゅう</p>		<p>11 (土)</p> <p>519 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>あじのレモン焼き</p> <p>アスパラとパプリカ炒め</p> <p>ひじきサラダ</p> <p>パインゼリー</p> <p>ミネストローネ</p> <p>ゆずまんじゅう</p>	
<p>13 (月)</p> <p>616 kcal</p> <p>三色サンド (ハム・ツナ・ジャム)</p> <p>クリームシチュー</p> <p>いんげんソテー</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>洋ナシ缶</p>  <p>りんごカステラ</p>		<p>14 (火)</p> <p>523 kcal</p> <p>ビビンバ丼</p> <p>海老&アスパラの香味炒め</p> <p>ブロッコリーくるみ和え</p> <p>メロンムース</p> <p>かみなり汁</p> <p>りんごカステラ</p>		<p>15 (水)</p> <p>606 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>肉団子の野菜あんかけ</p> <p>たけのこ土佐炒め</p> <p>オクラなめ苺和え</p> <p>キャラメルプリン</p> <p>みそ汁</p> <p>ピーナツ揚げ</p>		<p>16 (木)</p> <p>552 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>鮭の西京焼き</p> <p>ピーマンのマヨ炒め</p> <p>小松菜ピーナツ和え</p> <p>南瓜サラダ</p> <p>吉野汁</p> <p>ピーナツ揚げ</p>		<p>17 (金)</p> <p>507 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>ぜんまい中華炒め</p> <p>白菜の塩昆布和え</p> <p>レアチーズムース</p> <p>たまごスープ</p>  <p>抹茶ロール</p>		<p>18 (土)</p> <p>558 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>えびカツ</p> <p>茄子のみそ炒め</p> <p>春雨の酢の物</p> <p>いちごゼリー</p> <p>ザーサイスープ</p>  <p>抹茶ロール</p>	
<p>20 (月)</p> <p>572 kcal</p> <p>チキンカレー</p> <p>アスパラソテー</p> <p>大豆サラダ</p> <p>ラムネゼリー</p> <p>コンソメスープ</p>  <p>ミルクまんじゅう</p>		<p>21 (火)</p> <p>557 kcal</p> <p>ゆかりごはん</p> <p>さわら粕漬焼き</p> <p>冬瓜そぼろあん</p> <p>三色豆</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>みそ汁</p> <p>ミルクまんじゅう</p>		<p>22 (水)</p> <p>512 kcal</p> <p>親子煮うどん</p> <p>里芋の煮物</p> <p>チンゲン菜のツナ和え</p> <p>ミルク寒天</p>  <p>練乳あずきプリン</p>		<p>23 (木)</p> <p>512 kcal</p> <p>チャーハン</p> <p>蒸し餃子</p> <p>ぜんまいナムル</p> <p>杏仁フルーツ</p> <p>わかめスープ</p>  <p>練乳あずきプリン</p>		<p>24 (金)</p> <p>517 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>厚揚げの柚子みそ田楽</p> <p>南瓜きなこミルク煮</p> <p>モロヘイヤ梅かつお浸し</p> <p>水ようかん</p> <p>かきたま汁</p> <p>カルシウムせんべい</p>		<p>25 (土)</p> <p>507 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>赤魚おろし煮</p> <p>切干大根煮</p> <p>レンコンずんだ和え</p> <p>マンゴープリン</p> <p>すまし汁</p> <p>カルシウムせんべい</p>	
<p>27 (月)</p> <p>518 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>鮭フライ、タルタル添え</p> <p>ウインナーとふきのソテー</p> <p>ひじきサラダ</p> <p>黄桃缶</p> <p>トマトスープ</p> <p>おじゃこ揚げせん</p>		<p>28 (火)</p> <p>531 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>ポークチャップ</p> <p>きのこマリネ</p> <p>シーザーサラダ</p> <p>ミックスフルーツ缶</p> <p>えんどう豆のポタージュ</p> <p>おじゃこ揚げせん</p>		<p>29 (水)</p> <p>533 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>アサリ柳川風</p> <p>厚揚げとポテトのみそ煮</p> <p>しば漬キャベツ</p> <p>金時豆煮</p> <p>すまし汁</p> <p>いちごパバロア</p>		<p>30 (木)</p> <p>520 kcal</p> <p>ごはん</p> <p>白身魚の竜田揚げ</p> <p>フキとがんと煮</p> <p>菜花の辛子和え</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>すまし汁</p> <p>いちごパバロア</p>		<p>31 (金)</p> <p>513 kcal</p> <p>シーフードカレー</p> <p>ブロッコリーのクリーム煮</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>甘夏缶</p> <p>コンソメスープ</p> <p>枝豆あられ</p>			