



# つどい通信

## 11月の活動報告

冬の足音が段々と近づいてきました。厚着になりやすいですがデイの室内は暖房で暖かくしています。重ね着をしなくても安心してご利用いただけます。



利用者様や職員と一緒に

美味しい手作りおやつ



ゲームで身体も動かして

天気の良い日は外に出て



【空き情報】 ※令和5年1月1日～3日までお休みをいただきます。

11月25日現在

	月	火	水	木	金	土
長上苑	△	△	○	△	○	△

お気軽にお問い合わせください

○ご利用お待ちしております △ご相談ください

担当 和久田/長谷川

※年末(～12/31)のご利用も相談受け付けております。 ☎411-0017

## 12月のおひるごはん



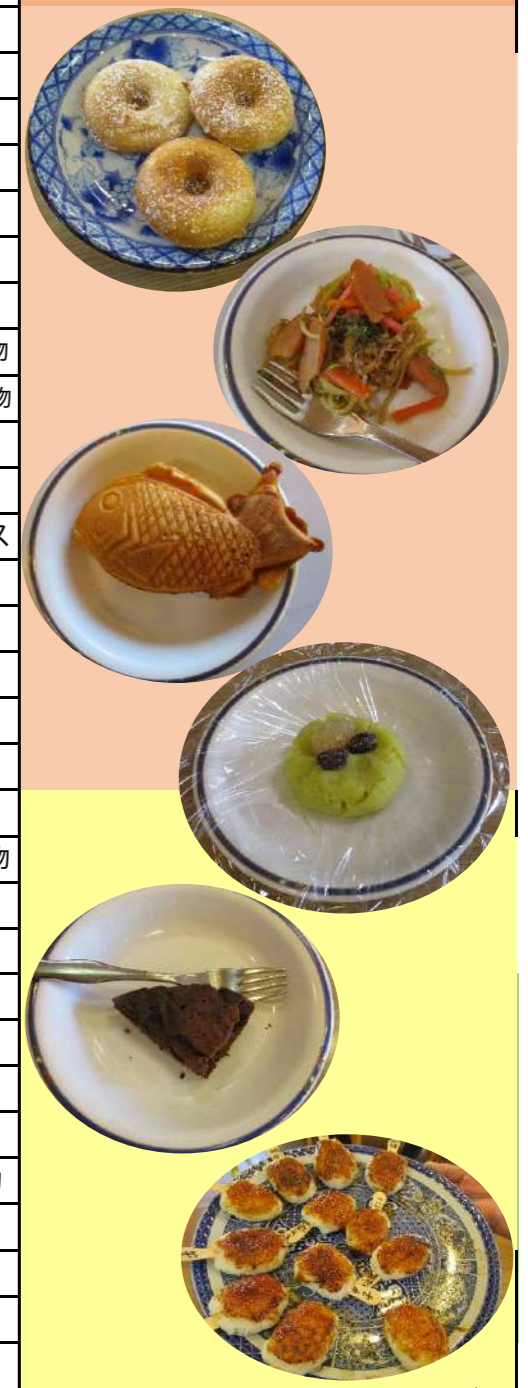
今日のご飯は何だろうな？

1 木	御飯・鯖の山椒味噌焼き・ポテトサラダ・野菜の甘酢漬け・汁粉・果物
2 金	御飯・豆腐グラタン・五目煮豆・かぶのレモン和え・汁物・果物
3 土	天丼(海老・南瓜・茄子)・胡麻酢和え・汁物・果物
4 日	お休み
5 月	御飯・白身魚の薬味醤油・野菜の胡麻じゃこサラダ・切り干し大根の煮物・汁物・果物
6 火	忘年会(松花堂弁当)
7 水	かに玉丼・おからサラダ・汁物・果物
8 木	御飯・たららの西京味噌焼き・がんもとインゲンの煮物・胡麻和え・汁物・フルーツポンチ
9 金	御飯・蓮根のつくね揚げ・高野豆腐の卵とじ・さつま芋のレモン煮・汁物・果物
10 土	御飯・豚肉の生姜焼き・じゃが芋のチーズ焼き・小松菜のおろし和え・汁物・果物
11 日	お休み
12 月	ハヤシライス・胡麻酢和え・汁物・果物
13 火	御飯・豆腐のそぼろあん・ひじきの煮物・味噌汁・デザートムース
14 水	御飯・赤魚の煮付け・インゲンの胡麻味噌かけ・汁物・果物
15 木	御飯・肉じゃが・プロテインサラダ・汁物・果物
16 金	三色丼・キャベツと切り干しのはりはり・汁物・果物
17 土	御飯・魚のマヨネーズ焼き・里芋の胡麻風味・汁物・果物
18 日	お休み
19 月	御飯・蒸し鶏の胡麻味噌ソースかけ・れんこん金平・汁物・果物
20 火	御飯・カレーとじゃが芋の重ね焼き・がんもとインゲンの煮物・汁物・果物
21 水	温玉豚丼・春雨サラダ・汁物・果物
22 木	御飯・ミートローフ・南瓜の煮物・汁物・フルーツポンチ
23 金	御飯・エビチリ・南瓜の煮物・汁物・果物
24 土	御飯・照り焼きチキン・ポテトサラダ・汁物・果物
25 日	お休み
26 月	御飯・星のコロッケ・コーンコロッケ・五目煮豆・汁物・果物
27 火	御飯・鶏肉のはちみつ照り焼き・大根とカニほぐし身のサラダ・汁物・果物
28 水	御飯・イタリア風玉子焼き・胡麻和え・汁物・デザートムース
29 木	御飯・焼き餃子・かわり金平・汁物・果物
30 金	御飯・鯖の味噌漬焼き・南瓜のコーン煮・茶そば・果物
31 土	年越しそば・海老の天ぷら・野菜のわさび和え・果物



12月のカレンダー

## おやつは何だろうな？



## 【12月イベントスケジュール】



・手作りおやつ

8日(木)・13日(火)・16日(金)

19日(月)・21日(水)・24日(土)

・体重測定週間 1日(木)～7日(水)

・床屋(月5回)

2日(金)・5日(月)・13日(火)

・カレンダー製作 12日(月)～17日(土)

21日(水)・29日(木)

※感染状況により中止の場合があります

・カラオケ週間 2日(金)～8日(木)・16日(金)～22日(木)・30日(金)・31日(土)

