



デイサービス吾亦紅便り

2022 7月号 埼玉県蓮田市大字閭戸 1885
TEL.048-766-4165(代) Vol.4
FAX.048-766-5700

七月の行事といえば「七夕」を思い浮かべる人が多いと思います。今月は、「七夕」の由来について、ご紹介しましょう。

七月七日の「七夕」は、織姫と彦星が年に一度再会する日、短冊に願いを書いて星に願う日として有名です。短冊に願いを書くのは、貴族が手芸、詩歌、管弦楽、文字などの上達を願う、梶の葉に文字を綴っていたことが由来のようです。現在の七夕飾りになったのは江戸時代だといわれています。

寺子屋が増えたため、習字や習い事の上達を願う行事として親しまれ、短冊に願い事を書くことが広がってきたようです。

そのほかに、「そうめんの日」でもあるようです。七夕の夜にそうめんを食べながら、家族で話をするのも風情があつていいかもしれませんね。

曜日対抗ゲーム「バスケットゴール」は金曜日チームが優勝しました。

曜日対抗ゲーム

六月は、色々なイベントがありました。天ぷら実演では、衣がサクサクで美味しかったです。ハンドタオル一枚で作る「くまちゃん」は可愛く仕上がりました。アイ畑のじゃが芋が豊作でした。

7月27日(水)に「おやつ売店」が開かれます。自分で選んでお菓子を買う、楽しそうですね!!

※購入代300円は、請求にて引き落としとなります。

吾亦紅ニュース

7月の行事と

七夕の由来について、ご紹介しましょう。

今月の歌

♪七夕様♪ 他

今月の運動

日曜日ご利用者様募集しております。

両手を広げて、**肩の筋肉**を鍛える

1

いすに深く座り、両手を広げて、ひじを直角に曲げる。てのひらはパーの形で。

2

両手をおでこの前で交差させる。

1、2をセットで8回

日	月	火	水	木	金	土
					1 天の川を渡しましょう	2 玉入れ
3 天の川を渡しましょう	4	5 七夕会	6	7 誕生会7/7	8 後ろにポイ!	9 天の川を渡しましょう
10 野を超え山超え	11 後ろにポイ!	12 突いてボール入れ	13 突いてボール入れ	14 天の川を渡しましょう	15 突いてボール入れ	16 後ろにポイ!
17 突いてボール入れ	18 物送りゲーム	19 手芸クラブ	20 突いてボール入れ	21 突いてボール入れ	22 誕生会	23 ラケットサッカー
24 後ろにポイ!	25 野を超え山超え	26 おやつ売店	27 カラオケ	28 カラオケ	29 社協とコラボ	30 突いてボール入れ
31						

編/集/後/記 端に咲くタチアオイ。ずっと空に向かって、色鮮やかな花を穂状に咲かせると、夏の訪れを感じます。タチアオイのてっぺんの花が咲くと梅雨が明けると言われています。夏空とのコントラストが

きれいなタチアオイ、今年の梅雨明けはいつ頃になかなか遠出が難しい日々の中で、身近な場所や小さなことに喜びを感じながら生活したいですね。ちなみに花言葉は「豊かな実り」「野心」です。

7月の献立表 デイサービス吾亦紅

	日	月	火	水	木	金 1	土 2
昼食						ごはん ほっけの塩焼き ぜんまいの煮物 茄子のおろし和え 果物 味噌汁（舞茸）	ごはん 牛肉のバーベキューソース炒め かぼちゃの煮物 オクラのボン酢和え 果物 味噌汁（竹輪）
						しあわせ饅頭（うぐいす）	ソフトマドレーヌ
						507kcal 蛋白質 24.5g 脂質 5.4g 食塩 3.6g	615kcal 蛋白質 24g 脂質 13.6g 食塩 2.2g
おやつ							
	3	4	5	6	7	8	9
昼食	ごはん 赤魚の煮つけ ビーフンソテー 山芋おろし 果物 味噌汁（じゃが芋）	ごはん 麻婆豆腐 さつま芋のレモン煮 ピリ辛こんにゃく 果物 わかめスープ	ごはん 蒸し鮭のクリームソース ジャーマンポテト カリフラワーのドレ和え 果物 味噌汁（油揚げ）	七夕彩りそうめん 鶏天&かき揚げ 果物 ヤクルト	ごはん 黄金カレイの煮つけ とろろの磯部揚げ ネバネバ野菜のボン酢和え 果物 豚汁	ごはん ガリバタ鶏 じゃが芋の土佐煮 ブロッコリーのシーザーサラダ 果物 味噌汁（白菜）	ごはん エビフライ アスパラソテー トマトサラダ 果物 コンソメスープ
おやつ	小法師みるくまんじゅう	オレンジケーキ	メーブルケーキ	星くず	誕生日会	七夕お星さま三色ゼリー	黒糖まんじゅう
	599kcal 蛋白質 25.2g 脂質 14.1g 食塩 2.8g	634kcal 蛋白質 20.9g 脂質 13g 食塩 1.2g	646kcal 蛋白質 31.8g 脂質 16.3g 食塩 3.3g	639kcal 蛋白質 27.8g 脂質 17g 食塩 4.4g	580kcal 蛋白質 28.4g 脂質 11g 食塩 2.5g	618kcal 蛋白質 28.6g 脂質 17.3g 食塩 2.5g	592kcal 蛋白質 16.3g 脂質 14.5g 食塩 3.7g
	10	11	12	13	14	15	16
昼食	牛丼 えびとそら豆のガーリック炒め 果物 味噌汁（ほうれん草）	ごはん てんぷら 山菜煮 オクラの海苔和え 果物 すまし汁（手毬麩）	カレーライス 海鮮サラダ 果物 コンソメスープ	ごはん カレイの煮つけ れんこんきんぴら ザーサイサラダ 果物 味噌汁（なめこ）	肉汁うどん じゃが芋と枝豆のチーズサラダ 果物 ヤクルト	ごはん 鮭の塩焼き 里芋のそぼろあんかけ ほうれん草のごま和え 果物 味噌汁（茄子）	ごはん 豚肉の中華炒め 大根の帆立煮 モロヘイヤの梅和え 果物 中華スープ
おやつ	りんごパイ	もっとしあわせ饅頭（手あん）	カステラ	こしあんクリームどら焼き	メロンバームクーヘン	ミニだいりやき（こしあん）	宇治抹茶ロールケーキ
	638kcal 蛋白質 32.9g 脂質 15.9g 食塩 4.4g	605kcal 蛋白質 19.1g 脂質 10.5g 食塩 4.3g	669kcal 蛋白質 23.5g 脂質 26.9g 食塩 4.2g	554kcal 蛋白質 33.5g 脂質 4g 食塩 5.2g	690kcal 蛋白質 21.3g 脂質 18.5g 食塩 5.4g	560kcal 蛋白質 31.2g 脂質 7.9g 食塩 2.3g	572kcal 蛋白質 18.6g 脂質 16.4g 食塩 4.3g
	17	18	19	20	21	22	23
昼食	ごはん 赤魚の生姜煮 焼春巻き きのこのマリネ 果物 味噌汁（豆腐）	冷やしきつねそば かき揚げ 果物 ヤクルト	ごはん サワラの西京焼き 五目豆 アボカドサラダ 果物 すまし汁（花麩）	ごはん 豚照り煮 冬瓜の煮物 もずく 果物 味噌汁（里芋）	ごはん ほっけの塩焼き じゃがいもそぼろ煮 中華くらげの和え物 果物 味噌汁（豆腐）	ごはん かぼちゃコロッケ ラタトゥイユ風 もやしのゆかり和え 果物 コンソメスープ	うなぎの白醤油焼き 茶碗蒸し 果物 赤だし（なめこ）
おやつ	ロールケーキ	海開き	ミニようかんロール	信州発桃カステラ	塩バタードーナツ	誕生日会	水ようかん
	557kcal 蛋白質 27.8g 脂質 13.7g 食塩 2.7g	602kcal 蛋白質 22.7g 脂質 18.7g 食塩 2.7g	632kcal 蛋白質 31.3g 脂質 19g 食塩 2.4g	617kcal 蛋白質 23.4g 脂質 15.6g 食塩 2.4g	560kcal 蛋白質 25.7g 脂質 12.5g 食塩 2.6g	616kcal 蛋白質 13.3g 脂質 18g 食塩 3.6g	624kcal 蛋白質 26.2g 脂質 21g 食塩 2.6g
	24	25	26	27	28	29	30
昼食	ごはん 鶏の金山寺味噌焼き 竹輪の煮物 オクラと茗荷のさっぱりサラダ 果物 すまし汁（豆腐）	ごはん 白身魚のバジルオイル焼き グリル野菜のBBQソテー ごぼうサラダ 果物 味噌汁（かぼちゃ）	冷し中華 里芋のおおさあかけ 果物 ヤクルト	ごはん 鮭の照り焼き チャブチェ 長芋の海苔和え 果物 けんちん汁	カレーライス かぼちゃのナッツドレサラダ 果物 コンソメスープ	ごはん 銀だらの煮つけ なすの油淋鶏ソース 彩り野菜のドレ和え 果物 味噌汁（もやし）	ごはん 鶏の塩焼焼き 野菜の甘酢和え エビアボカドサラダ 果物 味噌汁（さつま芋）
おやつ	あん入黒パン	パインくん	レモンケーキ	かぼちゃパイ	蜂蜜カステラ	粒あん最中	もっとしあわせケーキ（いちご）
	619kcal 蛋白質 27.6g 脂質 14.9g 食塩 3.9g	659kcal 蛋白質 27.5g 脂質 19.5g 食塩 2.5g	586kcal 蛋白質 20.1g 脂質 14.9g 食塩 4.5g	630kcal 蛋白質 32.9g 脂質 12.7g 食塩 2.9g	683kcal 蛋白質 16.2g 脂質 24.9g 食塩 3.8g	521kcal 蛋白質 25.9g 脂質 6.7g 食塩 2g	644kcal 蛋白質 27.9g 脂質 21.8g 食塩 2.1g
	31						
昼食	ごはん 鯖の照り焼き ブロッコリーのバジルソテー たけのこの土佐煮 果物 味噌汁（ニラ）						
おやつ	あんバター風クリームサンド						
	651kcal 蛋白質 29.9g 脂質 19.1g 食塩 2.9g						