



# デイサービス吾亦紅便り

## 2023 7月号

埼玉県蓮田市大字閨戸 1885  
TEL.048-766-4165(代)  
FAX.048-766-5700

## Vol.4



七月は海開きや山開き、七夕など、夏らしい行事が沢山ありますね。

七月九日、十日に浅草寺境内を彩るほおずきの屋台は浅草の夏の風物詩です。この両日は四万六千日の縁日であり、縁日にともなって「ほおずき市」が催されています。この日に参拝すると「一生分の功德が得られる」と言われているそうです。

ほおずきは魔除けや無病息災を願う縁起の良い植物で、夏のお彼岸には、迎え火に見立ててお花と一緒によく飾られていますね。

ほおずきの皮を剥いて中身をのそいてみたことはありますか？中には丸いオレンジ色の実があります。平安時代から楽しまれている遊びの「ほおずき笛」は、この実を使って笛のようにながめることができますが、一見簡単そうなおおずき笛ですが、音を鳴らすのはなかなか難しいようです。



**コールあじさい**



デイホールにて、栄養課の職員による「揚げまんじゅう」と「えびせん」の実演がありました。えびせんは揚げるとふんわりと広がり、とても華やかでした。皆さん、揚げたてを「おいしい」と喜ばれていました。



6月13日(火)  
揚げまんじゅう & えびせんの実演

揚げまんじゅう実演

6月22日(木)に、コールあじさいの皆さん(14名)によるレクリエーションが開催されました。とても優しくて、きれいな歌声に、穏やかな気持ちになりました。皆さん、それぞれ口ずさんでおられ、楽しまれました。

「瀬戸の花嫁」は、アンコールで一緒に唄いました。皆さんの歌声もとてもきれいで、職員一同、癒されました。

**今月の歌**  
月たなばたさま  
月海 月われは海の子

**今月の行事**  
七月四日～七日は七夕会です。短冊に書いていただいた願い事が、どうか叶いますように。七月十七日は季節の野菜を使用して、絵が書きやすいように、字を書く機会が少なくなりました。この頃、絵が書きやすくなるので、お便りを出してみませんか？

日	月	火	水	木	金	土
						1 うちわで物送りゲーム
2	3	4	5	6	7	8
	右へ左へ玉転がし	七夕会	誕生会 七夕会	七夕会	七夕会	スリッパとぼし
9	10	11	12	13	14	15
	風船ゲーム	スリッパとぼし	お玉で物送り	野を越え山を越え	うちわで物送りゲーム	チーム対抗ボーリング
16	17	18	19	20	21	22
	チーム対抗ボーリング	お玉で物送り	スリッパとぼし	風船ゲーム	誕生会	野を越え山を越え
23	24	25	26	27	28	29
	スリッパとぼし	風船ゲーム	チーム対抗ボーリング	魚つりゲーム	右へ左へ玉転がし	お玉で物送り
30	31					
	魚つりゲーム					

**編/集/後/記** 我が家には11年前に家族の仲間入りをした亀が居ます。仲間入りをした時は、100円玉程の大きさでしたが、今は20cm程に成長しました。家の中で飼うのは困難となり、数年前から庭の縁側の下で暮らしています。猫の額のような庭でも亀にしてみればパラダイス

です。お気に入りには玄関マットの上、いつもの調子で玄関を開けると「ゴン」と扉が亀にあたり「ごめん、ごめん」とあやまる毎日です。でもそーっと開けた時は、なぜか居ないんです。のろまなイメージがある亀ですが、意外と逃げ足は速いんですよ。

# 7月の献立表

デイサービス吾亦紅

	日	月	火	水	木	金	土
昼食							1 ごはん140g 豚しょうが焼き 切干大根の煮物 モロヘイヤの梅和え 果物 味噌汁(あおさ)
おやつ							しあわせ饅頭(いもあん)
	2	3	4	5	6	7	8
昼食	ごはん140g ほっけの塩焼き 根菜煮 ザーサイサラダ 果物 味噌汁(キャベツ)	ごはん140g 豚照り煮 卵豆腐 ぬた和え 味噌汁(おつゆ麩)	ごはん140g 鯖の味噌煮 ひじきの煮物 山芋おろし 果物 すまし汁(手毬麩)	カレーライス ごぼうツナサラダ 果物 コンソメスープ	ごはん140g カレーのみりん焼き ビーフソテー 深山和え 味噌汁(油揚げ) 果物	七夕彩りそうめん 星形コロッケ ヤクルト 果物	ごはん140g 鮭の照り焼き 高野豆腐の煮物 もずく 果物 豚汁
おやつ	黒糖カステラ	黒糖パームクーヘン	苺のケーキ	誕生会	パームクーヘン(チョコ)	七夕三色ゼリー	カスタードクレープ
	641kcal 蛋白質 35.3g 脂質 15.1g 食塩 6g	692kcal 蛋白質 29.7g 脂質 22.7g 食塩 3g	607kcal 蛋白質 26.7g 脂質 16.8g 食塩 2.4g	724kcal 蛋白質 20.4g 脂質 25.8g 食塩 3.9g	546kcal 蛋白質 28.4g 脂質 8.9g 食塩 1.9g	543kcal 蛋白質 18.5g 脂質 9.3g 食塩 4.5g	590kcal 蛋白質 31.5g 脂質 12.3g 食塩 2.6g
	9	10	11	12	13	14	15
昼食	三色丼 フロッコリーのタラモサラダ 果物 味噌汁(ごぼう)	ごはん140g カジキの香草パン粉焼き グリン野菜バジル炒め オクラの和え物 果物 味噌汁(豆腐)	冷し中華 海老こらまん 果物 ヤクルト	ごはん140g 赤魚の煮つけ 芋がらの炒め煮 トマトサラダ 果物 味噌汁(なめこ)	ごはん140g ロールキャベツ ジャーマンポテト 豆サラダ 果物 味噌汁(玉ねぎ)	わかめご飯 銀だらの煮つけ 春巻き ほうれん草の青紫蘇和え 果物 味噌汁(竹輪)	ごはん140g 豆腐ハンバーグ ひよこ豆の洋風野菜トマト煮 エビアボカドサラダ 果物 味噌汁(ほうれん草)
おやつ	もみじまんじゅう(うぐいす)	抹茶オムレット	ミニようかんロール	人形焼き七福神	塩バタードーナツ	小倉まんじゅう饅頭	和玉(いちごあん)
	672kcal 蛋白質 27.9g 脂質 20.7g 食塩 3.1g	524kcal 蛋白質 26.8g 脂質 12.2g 食塩 2.5g	576kcal 蛋白質 23.8g 脂質 10.7g 食塩 4.4g	511kcal 蛋白質 23g 脂質 7.3g 食塩 2.2g	643kcal 蛋白質 19.8g 脂質 19.2g 食塩 2.6g	537kcal 蛋白質 32.3g 脂質 7.8g 食塩 3.9g	600kcal 蛋白質 19.5g 脂質 17.8g 食塩 1.8g
	16	17	18	19	20	21	22
昼食	ごはん140g アジフライ さつまいものレモン煮 メンマの和え物 果物 コンソメスープ	そうめん 枝豆と塩昆布和風ボテサラ 果物 ヤクルト	ごはん140g 金目鯛の煮つけ アスパラヒイカのバター醤油炒め 中華くらげの和え物 果物 味噌汁(かぼちゃ)	ごはん140g 鶏梅焼 フロッコリーの海鮮中華炒め きゅうりの塩昆布和え 果物 けんちん汁	ごはん140g 鮭の幽庵焼き 揚げ出し豆腐 ふきと湯葉の含め煮 果物 赤だし(なめこ)	ごはん140g 煮込みハンバーグ コンソメ煮 カリフラワーサラダ 果物 味噌汁(豆腐)	ごはん140g ほっけの塩焼き ごぼうの土佐煮 山芋のカリカリ梅和え 味噌汁(さつまい)
おやつ	ロールケーキ	波音	黒糖ロールケーキ	コーヒーゼリー	Ca入りパームクーヘン	誕生会	栗まんじゅう
	688kcal 蛋白質 17g 脂質 16.8g 食塩 2.5g	526kcal 蛋白質 16.3g 脂質 6.5g 食塩 4.1g	551kcal 蛋白質 28.6g 脂質 10.1g 食塩 2.3g	529kcal 蛋白質 26.7g 脂質 13.6g 食塩 3.9g	599kcal 蛋白質 28.7g 脂質 16.6g 食塩 2.6g	624kcal 蛋白質 26.3g 脂質 14.7g 食塩 2.9g	586kcal 蛋白質 27.6g 脂質 8g 食塩 2.4g
	23	24	25	26	27	28	29
昼食	ごはん140g ガリバタ鶏(チキン) 山芋短冊揚げ きのこのマリネ 味噌汁(じゃが芋) 果物	ごはん140g ロールキャベツ 切り昆布の煮物 ピリ辛こんにゃく 味噌汁(竹輪) 果物	うなちらし 大根と胡瓜の浅漬け 果物 赤だし(なめこ)	天理スタミナラーメン ちゃつ 果物 ヤクルト	ごはん140g 鶏の唐揚げ いんげん春雨炒り煮 たけのこの土佐煮 果物 味噌汁(かぼちゃ)	ごはん140g 牛肉とにんにくの芽ごまみそ炒め 冬瓜の煮物 ほうれん草の青紫蘇和え 味噌汁(まいだけ) 果物	ひき肉カレー 海老のカクテルサラダ 果物 コンソメスープ
おやつ	しっとりちみつケーキ	小倉パイ	オレンジケーキ	いちごクリームケーキ	西瓜	ミルクまんじゅう	パインくん
	668kcal 蛋白質 24.9g 脂質 21.3g 食塩 1.3g	467kcal 蛋白質 15.5g 脂質 9.8g 食塩 3.1g	449kcal 蛋白質 16.8g 脂質 10.8g 食塩 2.7g	652kcal 蛋白質 21.9g 脂質 20.2g 食塩 5.9g	602kcal 蛋白質 22.9g 脂質 12.9g 食塩 2.3g	504kcal 蛋白質 25.4g 脂質 8.1g 食塩 2.8g	505kcal 蛋白質 20.7g 脂質 9.6g 食塩 2.8g
	30	31					
昼食	ごはん140g 蒸し鮭のクリームソース チャブチェ ネバネバ野菜のボン酢和え 果物 味噌汁(じゃがいも)	牛丼 フロッコリーのタラモサラダ 果物 味噌汁(手毬麩)					
おやつ	ベルギーワッフルショコラ	ガリガリくんソーダ					
	630kcal 蛋白質 33.3g 脂質 13.6g 食塩 2.3g	556kcal 蛋白質 25.4g 脂質 12.5g 食塩 3.2g					