

デイサービス吾亦紅便り



2023
8月号

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

Vol. **5**



8月、本格的な夏到来です。夏と言えば思い浮かぶ風物詩は、「花火」「海水浴」「かき氷」が多いようです。そんな中でも空に大きく打ち上がる花火は圧巻ですね。秋田県大曲の花火、茨城県土浦の花火、新潟県長岡の花火は、日本三大花火と呼ばれています。いずれも長い歴史と伝統があり、規模も大きく、多くの観客を集める花火大会です。大曲と土浦（秋に開催）は、花火師たちが腕と技を駆使し、花火の美しさを競う大会、長岡は、慰霊と平和への願いが込められた花火が打ち上げられる大会です。昔から多くの人を魅了し続けている花火大会です。観覧は有料席となっていて、チケットの競争率は高いようです。遠くから観ることが出来ないわけではないようですが、一度は間近で、空に大きく打ち上がる花火を観てみたいものですね。

テレビ中継されている花火大会もあるので、家でゆっくり一杯飲みながらなんていうのも良いですね。

絵はがき作り

七月十七日（月）に絵はがき作りを行いました。季節を感じるため、野菜などでスタンプを作成し、思い思いの絵はがきが出来上がりました。他にはない世界で一枚だけの絵はがきです。字を書くことが少なくなってきた今日この頃、ぜひこの機会に、ご家族やご友人にお便りを出してみたいかがでしょうか？



今月の行事

八月三日（木）デイサービス畑で収穫したじゃが芋で、フライドポテトを作り、揚げたてを召し上がっていただきます。皆さんが育てたじゃが芋、美味しいこと、間違いなしですね。

八月二十六日（土）マリンバの演奏があります。マリンバの魅力は音色です。軟らかく優しい音を響かせるマリンバ、ぜひデイホールで聞いてみませんか？臨時利用もできますので、職員にお声かけください。

熱中症対策

命の危険に関わる熱中症、こまめな水分補給が大切です。水分補給にはスポーツドリンクやノンカフェイン飲料がおすすめるアルコールは水分補給にならないのでくれぐれもご注意ください。キュウリやトマト、スイカなどの旬の野菜や果物は、体温を下げる効果があるそうです。水分、食事、睡眠を十分にとり、暑い夏を乗り切りましょう。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		すいかボール フリースロー	さくらとよし きと遊ぼう会 誕生会	カッパ並べ ゲーム	缶タワー	右へ左へ 玉転がし
6	7	8	9	10	11	12
	缶けり	誕生会	右へ左へ 玉転がし	チーム対抗 ボーリング	すいかボール フリースロー	お盆 ゲーム
13	14	15	16	17	18	19
	誕生会	カッパ並べ ゲーム	魚つり ゲーム	缶けり	誕生会	すいかボール フリースロー
20	21	22	23	24	25	26
	缶タワー	魚つり ゲーム	誕生会	すいかボール フリースロー	野を越え 山を越え	カッパ並べ ゲーム
27	28	29	30	31		
	お盆 ゲーム	チーム対抗 ボーリング	すいかボール フリースロー	お盆 ゲーム		

今月の歌



♪東京音頭 ♪村祭 ♪つみ

お知らせ

不定期で開催しておりました「お買い物イベント」ですが、夏季期間中は中止とさせていただきます。昨今の気温上昇で、命の危険に関わる暑さとの報道もされています。お客様と職員の安全を最優先とさせていただきます。再開につきましては、時期を見て、お知らせいたします。

編/集/後/記

子どもが小さかった頃は、よく外で花火をしたものです。バケツとロウソクを用意して外でワイワイ始めると、近所のお友達が外に出て来て、みんなで花火をしていました。小さい頃は寝る時間が早いので、花火を始める頃はまた外は明るく、終わる頃に少し暗くなる感じでした。「ごはん食べ終わったら花火する？」と聞くと、「するー」と元気な声が返ってきていました。親は火傷をしないようにとか、風の向きを考えて煙が来ないようにとか、いろいろ気を遣い大変でした。意外と盛り上がったのは、線香花火です。「誰が一番長持ちするのか？」親も子供も真剣です。「もう一回」「もう一回」「これで終わりよ、また今度ね」は毎回飛び交う言葉でした。懐かしい思い出です。

と元気な声が返ってきていました。親は火傷をしないようにとか、風の向きを考えて煙が来ないようにとか、いろいろ気を遣い大変でした。意外と盛り上がったのは、線香花火です。「誰が一番長持ちするのか？」親も子供も真剣です。「もう一回」「もう一回」「これで終わりよ、また今度ね」は毎回飛び交う言葉でした。懐かしい思い出です。

8月の献立表

デイサービス吾亦紅

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
昼食			ごはん140g サワラの青紫蘇焼き 切干大根の煮物 アスパラサラダ 果物 味噌汁(さつま芋)	ごはん140g ささみチーズフライ 芋がらの炒め煮 きのこのマリネ 果物 味噌汁(花麩)	冷やしとろろそば ずんだ和え 果物 ヤクルト	ごはん140g 豚肉の中華炒め 里芋の煮物 青梗菜のしらす和え 果物 味噌汁(豆腐)	ごはん140g カジキのおろしソース ひじきの煮物 長芋の梅和え 果物 味噌汁(なめこ)
		398	厚切りチョコパウム	誕生日会	ミルクケーキ	塩っぱいまんじゅう	レモンロールケーキ
			637kcal 蛋白質 27.1g 脂質 18.1g 食塩 2.3g	676kcal 蛋白質 30.8g 脂質 18.7g 食塩 2.3g	511kcal 蛋白質 18.4g 脂質 6.4g 食塩 0.7g	656kcal 蛋白質 19.6g 脂質 19.1g 食塩 2.8g	557kcal 蛋白質 25.6g 脂質 9.5g 食塩 2.8g
	6	7	8	9	10	11	12
昼食	ごはん140g 鶏の照り焼き 千切り炒め ポテトサラダ 果物 味噌汁(豆腐)	すだちうどん やまいも短冊揚げ 果物 ヤクルト	豚丼 さつま芋サラダ 果物 味噌汁(わかめ)	ハヤシライス 海鮮サラダ 果物 コンソメスープ	ごはん140g 鶏の生姜焼き 冬瓜の煮物 ピリ辛こんにゃく 果物 味噌汁(なめこ)	ごはん140g 鮭の西京みそ焼き 青菜まいたけ煮 春雨サラダ 果物 味噌汁(あおさ)	ごはん140g 肉じゃが 千切り炒め ほうれん草のしらす和え 果物 味噌汁(なす)
	398	すいーとぼてとまん	小みかんブッセ	誕生日会	りんごパイ	塩ようかん	夏空の花
	651kcal 蛋白質 24.6g 脂質 21.2g 食塩 2.5g	464kcal 蛋白質 11.3g 脂質 5.5g 食塩 3g	656kcal 蛋白質 16g 脂質 20.2g 食塩 3.1g	673kcal 蛋白質 23.4g 脂質 25.2g 食塩 3.4g	585kcal 蛋白質 25.4g 脂質 16g 食塩 2.2g	551kcal 蛋白質 29.2g 脂質 6.3g 食塩 2.8g	623kcal 蛋白質 20.4g 脂質 17.7g 食塩 3.5g
	13	14	15	16	17	18	19
昼食	ごはん140g 赤魚のおろし煮 れんこんの煮物 もずく 果物 豚汁	ごはん140g 鶏の香草パン粉焼き きのこソテー ほうれん草の和え物 果物 味噌汁(かぼちゃ)	冷し中華 餃子 果物 ヤクルト	うなちらし 冬瓜のカニあんかけ 果物 すまし汁	ごはん140g 牛肉の香味炒め 切干大根の煮物 ネバネバ野菜の和え物 果物 味噌汁(かぼちゃ)	ごはん140g 鯖の塩焼き ピーマンの肉詰めフライ ひじきサラダ 果物 味噌汁(葉大根)	ごはん140g 豚照り煮 きんぴらごぼう 中華くらげの和え物 果物 味噌汁(豆腐)
	398	黒糖まんじゅう	誕生日会	いちごケーキ	栗六方焼き	チョコブッセ	誕生日会
	548kcal 蛋白質 25.6g 脂質 9.2g 食塩 2.6g	696kcal 蛋白質 27.9g 脂質 26.4g 食塩 1.9g	662kcal 蛋白質 25.5g 脂質 12.9g 食塩 4.4g	518kcal 蛋白質 19.6g 脂質 12g 食塩 2.9g	647kcal 蛋白質 19.1g 脂質 21g 食塩 2.4g	822kcal 蛋白質 34.4g 脂質 29.3g 食塩 3.2g	630kcal 蛋白質 25.6g 脂質 16.2g 食塩 2.3g
	20	21	22	23	24	25	26
昼食	ごはん140g 塩ダレポーク 山菜煮 なすの和え物 果物 味噌汁(大根)	ごはん140g 赤魚の粕漬焼き ビーフソテー 春雨サラダ 果物 味噌汁(なめこ)	焼き鳥丼 芋がらの炒め煮 果物 けんちん汁	ペンネアラビアータ 夏野菜のアーリオオーリオ ピシソワーズ 果物 ヤクルト	カレーライス カリフラワーサラダ 果物 コンソメスープ	ごはん140g 天ぷら5種盛り ひじきの煮物 たけのこの土佐煮 果物 味噌汁(椎茸)	ごはん140g 牛焼肉 じゃが芋の土佐煮 春雨サラダ 果物 味噌汁(あおさ)
	398	オレンジケーキ	もみじまんじゅう(クリーム)	すいかゼリー	誕生日会	フルーツパウンドケーキ	抹茶どらやき
	690kcal 蛋白質 19.6g 脂質 27.4g 食塩 2.7g	575kcal 蛋白質 27.2g 脂質 11.6g 食塩 2.3g	512kcal 蛋白質 21.7g 脂質 11.3g 食塩 1.9g	711kcal 蛋白質 18.6g 脂質 26g 食塩 3.1g	685kcal 蛋白質 19.3g 脂質 25.4g 食塩 4g	705kcal 蛋白質 22.2g 脂質 21.3g 食塩 3g	701kcal 蛋白質 21.5g 脂質 22.4g 食塩 2.8g
	27	28	29	30	31		
昼食	ごはん140g ほっけの塩焼き なすの油淋鶏ソース オクラの梅和え 果物 味噌汁(もやし)	ごはん140g ポテトコロッケ ぜんまいの煮物 ザーサイサラダ 果物 味噌汁(なす)	ごはん140g カレイのみりん焼き 里芋とイカの煮物 ネバネバ野菜の和え物 果物 味噌汁(なめこ)	ごはん140g 鶏梅焼 ふろふき大根 アスパラサラダ 果物 味噌汁(椎茸)	魚介塩ラーメン 春巻き 果物 ヤクルト		
	398	あんパタまん	レモンブッセ	しあわせ饅頭(味噌)	ロールケーキ(シャインマスカット)	りんごおやき	
	527kcal 蛋白質 24.5g 脂質 9.4g 食塩 2.1g	622kcal 蛋白質 21.1g 脂質 14.6g 食塩 4.8g	517kcal 蛋白質 32.8g 脂質 4.6g 食塩 3.7g	575kcal 蛋白質 23.9g 脂質 15.2g 食塩 2g	482kcal 蛋白質 21g 脂質 9.6g 食塩 2.8g		