



# デイサービス吾亦紅便り

2023

## 10月号

埼玉県蓮田市大字閨戸 1885

TEL.048-766-4165(代)

FAX.048-766-5700

## Vol. 7



日中は、まだまだ残暑が厳しい日もありますが、朝、晩は大分過ごしやすくなりました。ようやく秋を感じられる季節になってきましたね。今年の夏は暑過ぎました。そんな暑い中でも、皆さん元気にデイサービスへ足を運んでくださいました。しかし、夏の疲れが出やすいのはこれからです。食事、睡眠を十分にとり、体調を整えていきましょう。

コロナの影響で中止されていた埼玉県蓮田市の「指定無形民俗文化財の式三番」、今年は通常通り十月の第二土曜日に上閨戸の愛宕神社で奉納されます。

閨戸の若衆といわれる人たちが、豊年や繁栄を願う舞う能楽です。「閨戸の式三番」は民俗行事として伝承されている式三番では、県内唯一のもので、時代とともに後継者の確保が難しいなか、要件を変更して現在まで引き継がれています。

### 秋祭りのお知らせ

十月二十三日(月)～二十五日(水)までの3日間、秋祭りを開催します。今年も八月の納涼祭の開催を見合わせ、デイサービスでのお祭りとなります。射的やヨーヨー釣りで縁日遊びを楽しんでいただけます。そして、綿あめを皆さんの前で作ります。ご自身で作ってみたい方は作ることできますので、是非一緒に作ってみましょう。ご希望があればお持ち帰りもできますので、職員にお声掛け下さいね。

臨時でのご利用も可能ですので、ご相談下さい。職員一同、お待ちしております。一緒に楽しみましょう。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	誕生会	福ちゃんを落とすな	カッパ並べゲーム	うしろにポイ!	右へ左へ玉転がし	カッパ並べゲーム
8	9	10	11	12	13	14
	すいかボールフリースロー	うちわでお手玉投げ	音楽療法	紙コップ棒すくい	お手玉で物送り	右へ左へ玉転がし
15	16	17	18	19	20	21
	カッパ並べゲーム	右へ左へ玉転がし	紙コップ棒すくい	風船ゲーム	魚釣りゲーム	誕生会
22	23	24	25	26	27	28
	秋祭り			うちわでお手玉投げ	カッパ並べゲーム	突いてボール入れ
29	30	31				
	チーム対抗ボーリング	うしろにポイ!				

### 敬老の日

九月十八日(月)に敬老会を開催いたしました。懐かしの紙芝居「昭和の窓」花嫁さんを鑑賞していただきました。そして職員による出し物の「気配切り」(目隠しをした状態で、足音や気配を感じながらのチャンバラ)。皆さんの応援もありたいへん盛り上がりました。全員で歌を唄ったり、ご長寿インタビューなどなど、盛りだくさんで楽しんでいただきました。

最後に日頃の感謝をこめて、メッセーシカードをプレゼントさせていただきました。

当日、参加されたいないお客様にもお渡ししています。

【お詫び】  
皆さんの楽しい一時の写真を・・・撮り忘れてしまいました。

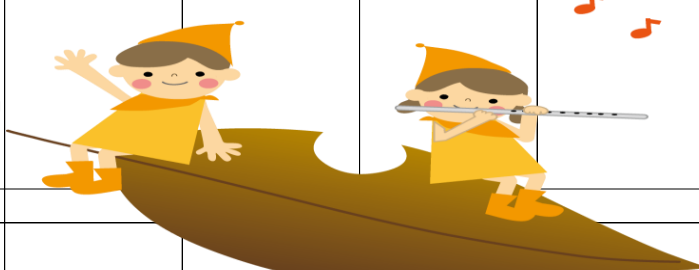
### 今月の歌

♪赤とんぼ  
♪里の秋♪もみじ

編/集/後/記 “暑さ寒さも彼岸まで、”という言葉があるように、暑かった、暑すぎた夏から少しずつですが秋を感じられるようになりました。秋と言えば「食欲の秋」ですね。芋、栗、キノコ、秋刀魚などなど、美味しい食べ物が出回る季節です。そんな中でも食べたくなくなるのは、程よく脂がのって美味しい「生秋刀魚」。でも最近はこの秋刀魚が高い(๑)小ぶりなのに1匹200円近い値段がついています。15年前に比べると9倍の値段だそうです。「秋刀魚が安いね～、今日の夕飯は秋刀魚の塩焼き」と気軽に買える日が戻ってきてほしいものです。

# 10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	6	7
昼食	ごはん140g 鶏の照り焼き 切干大根の煮物 彩り野菜のドレ和え 果物 味噌汁(里芋)	和風きのこスパゲッティー エビカツ 果物 コンソメスープ ヤクルト	ごはん140g 牛肉のオイスター炒め 里芋とイカの煮物 きゅうりとわかめの酢の物 果物 味噌汁(豆腐)	ごはん140g 鯖の味噌煮 ぜんまいの煮物 長芋の梅和え 果物 すまし汁	ナシゴレン ガドガド風サラダ ソトリアム(鶏と春雨のスープ) 果物	ごはん140g 蒸し鮭のクリームソース さつま芋のレモン煮 カリフラワーサラダ 果物 コンソメスープ	ごはん140g 鶏梅焼 高野豆腐の煮物 もずく 果物 味噌汁(なめこ)
	3時	バームロール	誕生日会	コーヒーゼリー	小倉まんぷくまんじゅう	栗カステラ	あん入りみそパン
	630kcal 蛋白質 23.7g 脂質 17.0g 食塩 2.4g	679kcal 蛋白質 25.6g 脂質 16.1g 食塩 5.0g	639kcal 蛋白質 24.2g 脂質 18.6g 食塩 3.3g	600kcal 蛋白質 28.7g 脂質 15.8g 食塩 2.7g	541kcal 蛋白質 21.6g 脂質 14.1g 食塩 1.8g	634kcal 蛋白質 27.0g 脂質 7.7g 食塩 1.9g	603kcal 蛋白質 25.3g 脂質 16.8g 食塩 3.1g
	8	9	10	11	12	13	14
昼食	ごはん140g カレイの煮つけ 海老湯菜巻き ピリ辛こんにゃく 果物 味噌汁(大根)	ごはん140g 牛ごぼう炒め 芋がらの炒め煮 ぬた和え 果物 味噌汁(なす)	にしんそば やまいも短冊揚げ 果物 ヤクルト	ごはん140g 麻婆豆腐 竹輪の煮物 春雨サラダ 果物 中華スープ	ごはん140g 牛肉の香味炒め 山菜煮 ネバネバ野菜の和え物 果物 味噌汁(里芋)	カレーライス 海鮮サラダ 果物 コンソメスープ	ごはん140g 銀だらの煮つけ れんこんきんぴら きのこのマリネ 果物 豚汁
	3時	栗六方焼き	はちみつドーナツ	みかん焼きケーキ	秋の次郎	チョコバウンドケーキ	パインくん
	491kcal 蛋白質 31.5g 脂質 5.2g 食塩 2.4g	670kcal 蛋白質 19.0g 脂質 20.1g 食塩 2.3g	620kcal 蛋白質 22.4g 脂質 11.2g 食塩 2.4g	617kcal 蛋白質 25.9g 脂質 11.7g 食塩 3.0g	660kcal 蛋白質 20.2g 脂質 22.9g 食塩 2.7g	773kcal 蛋白質 25.6g 脂質 30.4g 食塩 4.4g	560kcal 蛋白質 30.9g 脂質 9.1g 食塩 1.9g
	15	16	17	18	19	20	21
昼食	ごはん140g 豚肉の中華炒め かぼちゃの煮物 アボカドサラダ 果物 味噌汁(もやし)	ごはん140g カレイのみりん焼き 厚揚げのこ煮 ひじきサラダ 果物 味噌汁(油揚げ)	ごはん140g 豚照り煮 きんぴらごぼう 白菜の浅漬け 果物 味噌汁(なめこ)	醤油ラーメン 餃子 果物 ヤクルト	三色丼 里芋のあおさあかけ 果物 味噌汁(なす)	ごはん140g エビフライ かぶの煮物 ピーマンしらす炒め 果物 味噌汁(もやし)	ごはん140g 煮込みハンバーグ アスパラソテー さつま芋サラダ 果物 コンソメスープ
	3時	フレッシュオレンジケーキ	七福人形焼	たまごロールケーキ	ボンテドーナツ	しあわせ饅頭(ミルク)	いちごカステラ
	691kcal 蛋白質 17.7g 脂質 23.8g 食塩 2.1g	639kcal 蛋白質 34.0g 脂質 18.0g 食塩 2.7g	624kcal 蛋白質 24.0g 脂質 15.9g 食塩 3.2g	607kcal 蛋白質 23.3g 脂質 9.5g 食塩 2.0g	611kcal 蛋白質 25.2g 脂質 13.8g 食塩 2.7g	544kcal 蛋白質 16.7g 脂質 7.1g 食塩 2.6g	651kcal 蛋白質 23.7g 脂質 17.7g 食塩 2.7g
	22	23	24	25	26	27	28
昼食	ごはん140g 白身魚のなめ茸おろし じゃが芋の土佐煮 きゅうりのしその美和え 果物 味噌汁(あおさ)	ごはん140g チンジャオロース ひじきの煮物 オクラの和え物 果物 ニラスープ	ごはん140g 鯖の照り焼き さつま芋の甘辛煮 もずく 果物 味噌汁(豆腐)	ハヤシライス アスパラサラダ 果物 コンソメスープ	きつねうどん ほうれん草のごま和え 果物 ヤクルト	ごはん140g 鶏の金山寺味噌焼き さつま揚げの煮物 ポテトサラダ 果物 けんちん汁	ごはん140g カニ玉 大根そぼろ煮 なすの和え物 果物 ワカメスープ
	3時	レモンケーキ	秋祭り	秋祭り	秋祭り	半生かりんとうドーナツ	しあわせケーキ(抹茶)
	524kcal 蛋白質 29.3g 脂質 4.0g 食塩 4.0g	656kcal 蛋白質 18.2g 脂質 23.6g 食塩 2.9g	636kcal 蛋白質 26.2g 脂質 12.7g 食塩 3.3g	645kcal 蛋白質 19.3g 脂質 23.8g 食塩 3.1g	553kcal 蛋白質 19.1g 脂質 14.2g 食塩 2.8g	725kcal 蛋白質 28.0g 脂質 19.3g 食塩 3.1g	552kcal 蛋白質 9.7g 脂質 12.2g 食塩 3.7g
	29	30	31				
昼食	ごはん140g トマトハンバーグ スナッフエンドウのソテー 春雨サラダ 果物 コンソメスープ	山菜そば 揚げ出し豆腐 果物 ヤクルト	ごはん140g かぼちゃコロッケ 三色いなり 中華くらの和え物 果物 味噌汁(なめこ)				
	3時	ようかんしぐれ	Mの時間(チョコ)				
	650kcal 蛋白質 24.2g 脂質 15.2g 食塩 3.0g	568kcal 蛋白質 19.9g 脂質 12.6g 食塩 3.5g	654kcal 蛋白質 17.2g 脂質 14.5g 食塩 2.8g				