



デイサービス



2024

吾亦紅便り



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



マリンバ演奏会

一月十二日(金)に、今年最初のマリンバ演奏会を開催しました。柔らかな音色がホール全体に響き渡り、とても心地よいひと時を過ごす事ができました。山田ワーカーが弾くピアノとのコラボは、まるで長年コンビでやってきたかのよう息がピッタリと合っていましたね。次回の公演はまだ未定ですが、定期的な開催を予定しております。お楽しみに!!



演奏曲
白い恋人たち ふるさと
上を向いて歩こう
コラポ曲
ラ・パロマ 川の流れるように

お知らせ
毎月発行してききましたデイサービス吾亦紅便りですが、編集者の都合により、しばらくの間お休みさせていただきます。吾亦紅便りを楽しみにして下さっている皆さま、大変申し訳ございません。一日でも早く、また皆様のお手元に、吾亦紅便りをお届けできるよう調整してまいります。しばらくの間、お待ちいただけますと幸いです。献立表やレクリエーション、イベント等のお知らせは、今まで通りご案内させていただきます。



ご連絡をおかけして申し訳ありません

福

今年の節分は2月3日です。季節の変わり目には邪気が生じると考えられており、その邪気を追い払い、無病息災を願う儀式が節分です。そして豆は生命力の象徴とされ、魔除けの力を持つとも考えられています。「鬼は〜外、福は〜内」豆をまいて邪気を追い払いましょ。皆さんは恵方巻を召し上がりますか？今年の恵方は「東北東やや東より」だそうですよ。縁起の良い「七福神」にあやかり、七つの具材を入れることで「福を巻き込む」と言われている縁起の良い食べ物です。ただし、喉につまらせないように注意が必要です。



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				誕生会	缶ころがし	節分豆まき
4	5	6	7	8	9	10
	金運ひもすくい	スリッパ飛ばし	金運ひもすくい	誕生会	輪投げ	ボールに近づけろ
11	12	13	14	15	16	17
	ライトゴルフ	誕生会	おぼんゲーム	ボウリング	誕生会	うしろ向きで玉投げ
18	19	20	21	22	23	24
	ボールに近づけろ	ライトゴルフ	物送りゲーム	的当てゲーム	魚釣り	スリッパ飛ばし
25	26	27	28	29		
	うしろ向きで玉投げ	的当てゲーム	玉入れゲーム	輪投げ		

今月の歌

♪ 冬の夜 いい湯だな

2024年1月1日、今年はどうか穏やかな年になりますようにと願っていた年明けに、大きな震災が発生しました。東日本大震災を思い起こさせる地震です。被災された方、亡くなられた方、まだ行方不明の方がおられます。心よりお見舞い申し上げます。翌日には物資を届けようとした自衛隊の飛行機と民間機の衝突事故があり、自衛隊の方が亡くられています。悲しい新年の幕開けとなってしまいました。今年甲辰(こうのたつ)と言われ縁起が良い年と言われているそうです。2024年はまだ始まったばかり、どうかこの先は穏やかで良い年になりますように。



2月の献立表

デイサービス吾亦紅

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
昼食					けんちんうどん やまいも短冊揚げ 果物 ヤクルト	ひき肉カレー 海鮮サラダ 果物 コンソメスープ	ごはん140g 鮭の照り焼き 芋がらの炒め煮 山芋おろし 果物 味噌汁(さつま芋)
					誕生日会	福栗まんじゅう	赤鬼
3時					593kcal 蛋白質 17.3g 脂質 13.3g 食塩 2.7g	549kcal 蛋白質 20.3g 脂質 12.8g 食塩 2.9g	575kcal 蛋白質 27.5g 脂質 4.6g 食塩 2.7g
	4	5	6	7	8	9	10
昼食	ごはん140g 牛焼肉 ぜんまいの煮物 かぶサラダ 果物 中華スープ	きのこそば カリフラワーの酢味噌和え 果物 ヤクルト	豚丼 菜の花の辛子和え 果物 味噌汁(じゃが芋)	ごはん140g 鮭の西京みそ焼き 切干大根の煮物 ピリ辛こんにやく 果物 味噌汁(なめこ)	ごはん140g 鶏の照り焼き ひじきの煮物 キャベツのしらす和え 果物 味噌汁(里芋)	ごはん140g カニ玉 じゃが芋の土佐煮 きゅうりと竹輪の和え物 果物 わかめスープ	ごはん140g 豆腐ハンバーグ ヤングコーンのソテー アスパラサラダ 果物 コンソメスープ
	抹茶あずき	小倉しぐれ	たい焼き王子	しあわせケーキ(チョコ)	誕生日会	小みかんブッセ	白こしあん饅頭
3時	689kcal 蛋白質 22.3g 脂質 27.2g 食塩 3.1g	474kcal 蛋白質 18.7g 脂質 7.3g 食塩 2.2g	547kcal 蛋白質 17.2g 脂質 13.5g 食塩 3.3g	541kcal 蛋白質 28g 脂質 9.7g 食塩 1.6g	610kcal 蛋白質 26.1g 脂質 18.1g 食塩 3.2g	629kcal 蛋白質 22.1g 脂質 14.9g 食塩 2.7g	578kcal 蛋白質 17.9g 脂質 18.1g 食塩 2.4g
	11	12	13	14	15	16	17
昼食	ごはん140g 白身魚の香草パン粉焼き きのこソテー アボカドサラダ 果物 味噌汁(さつま芋)	ごはん140g 野菜クロック ラタトゥイユ風 カリフラワーのレモン和え 果物 かぼちゃスープ	魚介塩ラーメン 餃子 果物 ヤクルト	ごはん140g 鶏梅焼 かぼちゃの煮物 きゅうりのしそ和美和え 果物 味噌汁(かぶ)	ごはん140g サワラの南部焼き はやと瓜のカニあんかけ 小松菜のピーナッツ和え 果物 豚汁	ごはん140g 豚しょうが焼き 高野豆腐の煮物 彩り野菜のドシ和え 果物 味噌汁(花麩)	ごはん140g あじのさんが焼き 炒り豆腐 中華くらげの和え物 果物 味噌汁(かぼちゃ)
	コーヒータイム	抹茶どらやき	誕生日会	バレンタインハート	ロールケーキ(あまおう)	誕生日会	ドーナツ
3時	603kcal 蛋白質 27.2g 脂質 16.9g 食塩 1.8g	677kcal 蛋白質 17.7g 脂質 18.5g 食塩 3.1g	551kcal 蛋白質 21.7g 脂質 12.1g 食塩 1.9g	636kcal 蛋白質 22.7g 脂質 12.6g 食塩 2g	634kcal 蛋白質 28.9g 脂質 16.5g 食塩 2.1g	748kcal 蛋白質 22.4g 脂質 29.4g 食塩 3g	517kcal 蛋白質 27.1g 脂質 7.4g 食塩 2.7g
	18	19	20	21	22	23	24
昼食	ごはん140g 鶏の焼肉だれ焼き かぶの煮物 ネパネハ野菜の和え物 果物 味噌汁(なめこ)	ごはん140g サワラの西京焼き 芋がらの炒め煮 春雨サラダ 果物 すまし汁	ごはん140g 豚照り煮 切干大根の煮物 キャベツのツナ和え 果物 味噌汁(もやし)	五目うま煮うどん ほうれん草の白和え 果物 ヤクルト	バターチキンカレー 豆サラダ 果物 ラニ(野菜スープ)	ごはん140g サーモンフライ 大根ととりささみの煮物 菜の花の和え物 果物 味噌汁(白菜)	海鮮丼 ひじきの煮物 オクラの和え物 果物 味噌汁(ごぼう)
	チョコウェーブケーキ	オレンジケーキ	バナナくん	レーズンクリームサンド	栗かすてら饅頭	チョコカルシュー	安納芋パウム
3時	569kcal 蛋白質 23.6g 脂質 14.2g 食塩 3.6g	549kcal 蛋白質 24.6g 脂質 9.9g 食塩 2.4g	666kcal 蛋白質 26.7g 脂質 20.6g 食塩 2.4g	607kcal 蛋白質 19.6g 脂質 19.6g 食塩 2.3g	661kcal 蛋白質 23.7g 脂質 23.4g 食塩 3.1g	611kcal 蛋白質 23.4g 脂質 9.4g 食塩 3.8g	632kcal 蛋白質 38.3g 脂質 8.6g 食塩 3.1g
	25	26	27	28	29		
昼食	ごはん140g 鮭の幽庵焼き ぜんまいの煮物 なすの和え物 果物 けんちん汁	ごはん140g 豚肉の中華炒め 竹輪の煮物 きゅうりとわかめの酢の物 果物 味噌汁(さつま芋)	ごはん140g ほっけの塩焼き 大根そぼろ煮 ほうれん草の和え物 果物 味噌汁(なめこ)	カツ丼 大根サラダ 果物 味噌汁(なす)	にしんそば ピーマンの肉詰めフライ 果物 ヤクルト		
	りんごおやき	ヨーグルトケーキ	水ようかん	茶の葉まんじゅう	チョコパウンドケーキ		
3時	606kcal 蛋白質 33g 脂質 11.2g 食塩 2.5g	646kcal 蛋白質 20.5g 脂質 18.8g 食塩 3.1g	535kcal 蛋白質 23.3g 脂質 6.1g 食塩 3.4g	819kcal 蛋白質 35.4g 脂質 28.5g 食塩 5.2g	666kcal 蛋白質 25.9g 脂質 15.2g 食塩 3.1g		