



ウクレレ演奏会



今回の演奏会はウクレレです。野上憲治さんによるワンマンショーで、5～6年ぶりの再会です。

ウクレレのゆったりとした旋律に癒されながら、皆さまで歌を歌いました。懐かしく、郷愁を感じる曲に涙される方もいらっしゃいました。

ご利用者も野上さんも、皆が一緒に楽しめる演奏会でした。

最近は色々な楽器の演奏会を企画しています。次回もぜひ、ご参加をお願いします。

買い物レク



今回は井筒八つ橋さんへと買い物に行きました。

八つ橋だけでなく、駄菓子やお漬物もあって楽しくお買い物をしました。

試食の八つ橋も美味しかったですね。



喫茶 綾



初の試み、喫茶「綾」の開店です。

コーヒーや紅茶などを用意し、ケーキバイキングを楽しみました。

いつもと違ったおやつの時間となりました。



『今年もかぜとインフルエンザにご注意下さい』

～とくにかぜを予防しましょう～

今年は冬のくるのがおそかったですね。秋はどこにいったのでしょうか。四季が二季になったのでしょうか。春と秋がとてもみじかいです。今年も『かぜとインフルエンザ』が流行しています。がんばって予防しましょう。対策の一つは湿度をくわえるようにすることです。

空気のかんそうはばいきんの活動を助けてしまいます。適度にしめりけがあるので空気中のばいきんは床におちてゆくそうです。

加湿の方法は加湿器を使うのが一般的ですが、洗濯物を部屋にぶらさげておくだけでそれなりの加湿の効果があるようです。かんたんですのでおすすめします。

統括部長 浦山 陽一

12月

献立表

※年末年始のお知らせ

12月31(火)～1月3日(金)までお休みさせていただきます



	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
昼食	カレイのバター醤油焼き チャブチェ ひじきサラダ 三色ピーマンのゴマ和え	じゃが芋そぼろ煮 ハムカツエノキの酢の物 春菊のおかか和え	サバ大根 みそ汁 おから 春雨サラダ	きのこスパゲッティ パン スープ じゃがいも炒め	たぬきそば いなり寿司 ひじき煮 青菜のお浸し	かす汁 かき揚げ まぜご飯 青菜の和え物
おやつ	きなこおはぎ	今川焼	パンナコッタ	ようかん	プリン	クッキー
	9	10	11	12	13	14
昼食	おでんパーティ 金平風煮	おからの千草焼きとちくわのかば焼き じゃがいものそぼろ煮 大根葉のゴマ油炒め 玉ねぎの和風サラダ	中華丼 チヂミ 中華スープ 春雨の酢の物	焼きそば みそ汁 おにぎり 青菜の和え物	ラーメン ナムル チャーハン ぎょうざ	豚肉と野菜の田舎煮 厚焼き玉子 ほうれん草のゴマ和え オーロラソースサラダ
おやつ	サブレ	桃缶	手作りどら焼き	パンナコッタ	コーヒーゼリー	プリン
	16	17	18	19	20	21
昼食	かす汁 五目豆 まぜご飯 もやし炒め	鍋パーティ	すき焼き パーティー	鶏肉の梅照り焼き 野菜炒め ミニおでん ほうれん草の白和え	木の葉丼 みそ汁 白和え 煮物	クリスマス 特別弁当
おやつ	クッキー	ようかん	サブレ	グレープゼリー	レアチーズ	みかん缶
	23	24	25	26	27	28
昼食	ナポリタン パン スープ コロッケ	クリームシチュー ブロッコリーサラダ パン マカロニサラダ	オムライス から揚げ スープ スパゲッティ	ペンのトマトソース煮 コロッケ パン スープ	牛肉のブルコギ チンゲン菜の煮浸し 厚焼き玉子 大根サラダ	特別弁当
おやつ	プリン	パンナコッタ	手作りクリスマスケーキ	クッキー	抹茶水ようかん	ミニエクレア
	30	31				
昼食	年越しそば 天ぷら かやくご飯	休み				
おやつ	ようかん					
				←手作り昼食		←お弁当

12月レクリエーション予定



- ・手作りおやつ ・喫茶「綾」 ・クリスマス会
- ・今井先生リハビリ体操(12/3、12/16、12/28)
- ・おでんパーティ ・琴演奏会 ・鍋パーティ

当センターへのご意見、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。

綾デイサービスセンター山科 ご相談窓口 TEL075(572)7528 FAX075(572)7521