

ディサービスセンター

ニュースレター

2025年11月発行号



事業所番号1271102376
〒292-0003
千葉県木更津市万石146-1



サービス提供時間

月～土曜日（祝祭日も営業中）9:00～16:15

※見学も随時行っています。

※お気軽にいらしてください。

ご連絡は、生活相談員（江野澤）まで。

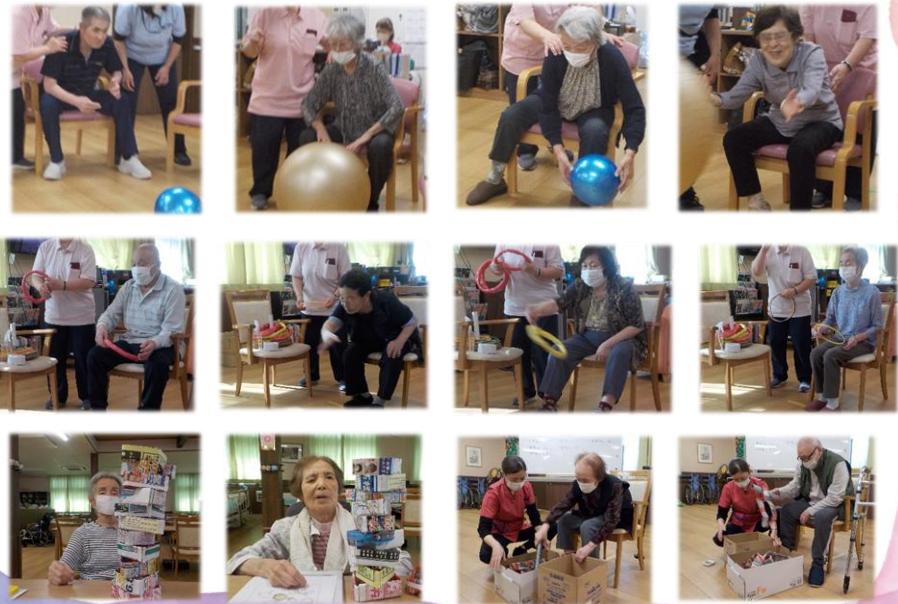
TEL: 0438-53-8417

秋の大運動会

秋の深まりを感じる今日このごろ、ディサービスでは「秋の大運動会」を開催しました。開会式では、選手宣誓のあとラジオ体操でしっかりと体をほぐし、準備万端。応援合戦で気合を入れて、いよいよ競技スタートです。玉入れやパン取り競争では、日頃の体操やレクリエーションで培った体力とチームワークを発揮され、会場は笑顔と歓声に包まれました。楽しい時間はあっという間に過ぎ、結果は赤組の優勝！拍手の中、閉会式を迎えました。その後のひとときは、ほっと一息つくおやつタイム。競技の感想や楽しいエピソードに花が咲き、笑顔あふれる穏やかな時間となりました。楽しい思い出とともに、心も体もリフレッシュしていただけたら嬉しく思います。



今月も皆さんに楽しんでいただけるよう、さまざまなレクリエーションを行いました。大・中・小のボールを使ったボウリングでは、狙いを定めてピンが倒れるたびに歓声があふれました。また、手作りしたジェンガは、そっと積み上げたり抜いたりと、真剣な表情とドキドキ感が楽しめるゲームとなりました。さらに、輪投げや輪引っ越しにも挑戦し、体を動かしながら和気あいあいとした時間を過ごしました。今後も、楽しみながら身体を動かせるレクリエーションを企画してまいります。



久しぶりの青空だったので散歩をしました。秋の空は高く澄んでいて、見上げるだけで気持ちが明るくなりました。少しの時間でしたが、風の冷たさや木々の色づきから季節の深まりを感じました。



裏面に、「ご昼食」及び「おやつ」のメニューを掲載しております。

12月の献立を紹介します(昼食)

	12/1(月)	12/2(火)	12/3(水)	12/4(木)	12/5(金)	12/6(土)
昼 食	米飯 すまし汁（豆腐） 豚肉の葱味噌焼き 豆乳つみれと野菜の煮物 ツナサラダ	米飯 味噌汁（花麩） 赤魚の煮つけ 餃子 オクラと若布の酢の物	炊き込みご飯 味噌汁（はくさい） 白身魚のフライ チリソースかけ 切り昆布煮 ごぼうサラダ	米飯 味噌汁（南瓜） 鶏肉のピカタ カリフラワーのサラダ フルーツ（みかん缶）	米飯 味噌汁（豆腐） サバのから揚げ野菜あん 一口がんもの煮物 もずく酢	米飯 中華スープ（なると） 豚キムチ炒め 春雨サラダ フルーツ（マンゴー缶）
おやつ	りんごゼリー	バニラババロア	シフォンケーキ	アセロラゼリー	フルーチェ（ピーチ）	フルーツみつ豆
	12/8(月)	12/9(火)	12/10(水)	12/11(木)	12/12(金)	12/13(土)
選 択 食	米飯 味噌汁（キャベツ） チキン南蛮 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 フルーツ（りんご缶）	米飯 すまし汁（そうめん） 鯖の味噌煮 豚肉の塩ダレ炒め 煮奴 胡瓜とかにかまの胡麻酢和え	米飯 味噌汁（油揚） ハンバーグ 和風おろしソース 白身魚のタルタルソース焼き スナップピースのサラダ	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツ（みかん缶） ヤクルト	ソース焼きそば 味噌汁（わかめ） プロッコリーとコーンサラダ フルーチェ	米飯 すまし汁（豆腐） あじの大葉西京焼き 豚肉生姜焼 切干大根の煮物 フルーツ（白桃缶）
おやつ	レモネードゼリー	マンゴープリン	水ようかん	抹茶ババロア	チョコパン	コーヒーゼリー
	12/15(月)	12/16(火)	12/17(水)	12/18(木)	12/19(金)	12/20(土)
昼 食	三色丼 味噌汁（大根） ポテトとキャベツの辛子マヨ みかんゼリー	チャーハン 中華スープ（きのこ） もやしの中華風和え物 マンゴープリン	米飯 味噌汁（青梗菜） 鶏の唐揚げ 甘酢ネギソース 冬瓜のかにあんかけ フルーツ（パイン缶）	米飯 すまし汁（そうめん） 鰯のごま味噌焼き 小松菜と桜海老のソテー フルーツ（洋ナシ缶）	米飯 味噌汁（茄子） 豚肉とニラもやし炒め じゃが芋の旨煮 オクラのポン酢和え	米飯 味噌汁（菜の花） 鯖の蒲焼風 蓮根の柚子胡椒炒め フルーツ（りんご缶）
おやつ	ヨーグルトババロア	黒糖ケーキ	りんごムース	こしあんぱん	いちごプリン	水ようかん
	12/22(月)	12/23(火)	12/24(水)	12/25(木)	12/26(金)	12/27(土)
選 択 食	米飯 豚汁 揚げ出し豆腐そぼろかけ 鰯の柚庵焼き 南瓜の甘煮 胡瓜と春雨の酢の物	米飯 味噌汁（油揚げ） タラの唐揚げ おろしあん 豚肉とキャベツの味噌炒め さつま芋と切り昆布の煮物 小松菜の力二和え	米飯 味噌汁（大根） 豚肉と野菜のオイスターソース炒め 赤魚粕漬焼き 冬野菜の煮物 いちごゼリー	バターライス 南瓜のポタージュ ミートローフ マリネサラダ ケーキ	ポークカレー カリフラワーのマリネ バナナ ヤクルト	米飯 味噌汁（玉ねぎ） 赤魚のみりん焼き チキンソテークリームソース ごぼうサラダ フルーツ（みかん缶）
おやつ	ぶどうムース	青りんごゼリー	クレープ	プリン	フルーチェ（ピーチ）	レモネードゼリー
	12/29(月)	12/30(火)	12/31(水)			
昼 食	ビビンバ丼 玉子スープ かに焼壳 杏仁豆腐	米飯 味噌汁（玉ねぎ） さわらの柚子胡椒焼き かぶのとろみ煮 ほうれん草の胡麻和え	年越そば 厚揚げの甘辛炒め 菜の花の錦糸和え フルーツ（洋梨缶）			
おやつ	和のパンケーキ	マロンババロア	桃ゼリー			

発注・仕入等の都合により、献立が変更になる場合があります。

第2週と第4週（11日・12日・25日・26日を除く）
の昼食は、ご利用者様のご選択による「選択食」となっており