

## 敬老会

令和8年9月19日に、日ごろの感謝の気持ちを込めた「ネイルアート」と「新米おにぎり」をいただく敬老会を行いました。花や星、蝶などのネイルシールの中から好きなものを選んでいただき、職員と一緒にレイアウトを考えながら、それぞれの爪に貼りました。「初めて爪のおしゃれをした」「きれい♪かわいい♪」と、皆さまで笑顔で楽しんでいました。香り付きのハンドクリームで手のお手入れでは「フランスの香りがする～」「いい香りだね」と、香りを楽しみながら、嬉しそうな表情を見せてくださいました。後日、デイサービスをご利用された際には、「きれいだから、そのままにしておいたよ」と嬉しそうに話してください、職員も温かい気持ちになりました。おやつ時間には、新米でおにぎりを作りました。今年初めて新米を召し上がる方も多く、「艶々しているね」と、感謝や思い出話に花が咲きました。さらに、職員が心を込めて作った敬老のお祝いランチマットもご用意しました。これからも皆さまの笑顔を大切に、一緒に楽しく心温まる時間を過ごしていきたいと思います。



## 楽しみながら身体を動かすレクリエーション

写真は、「レクの当てゲーム」と「ピンポン玉ふわふわキャッチ」を楽しんでいる様子です。的をよく狙ってボールを投げたり、ふわふわと舞うピンポン玉をキャッチしたりと、皆さん真剣な表情で取り組まれていました。自然と集中力が高まり、肩や腕を動かす良い運動になりました。時には笑い声も聞かれ、心も体もリフレッシュできる時間になりました。



# 11月の献立を紹介します

|             | 11/2(月)                                                         | 11/3(火)                                                                 | 11/4(水)                                      | 11/5(木)                                                         | 11/6(金)                                                 | 11/7(土)                                                           |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 屋 食         | 米飯<br>味噌汁（豆腐）<br>チキン南蛮<br>ひじき煮<br>いちごゼリー                        | 米飯<br>味噌汁（油揚げ）<br>カレイのバター醤油焼き<br>インゲンのカレー炒め<br>フルーツ（黄桃缶）                | ソース焼きそば<br>中華スープ（わかめ）<br>餃子<br>マンゴープリン       | 米飯<br>コンソメスープ（ほうれん草）<br>ハンバーグデミグラスソース<br>ジャーマンポテト<br>フルーツ（洋ナシ缶） | 鮭と大葉の混ぜ寿司<br>味噌汁（花麴）<br>旬菜天ぷら<br>炊き合わせ<br>柿白和え          | 米飯<br>味噌汁（しめじ）<br>豚肉生姜焼き<br>れんこんのゴママヨ和え<br>バナナムース                 |
| おやつ         | 和のパンケーキ                                                         | みかんムース                                                                  | 黒糖ケーキ                                        | レモネードゼリー                                                        | メロンムース                                                  | アセロラゼリー                                                           |
|             | 11/9(月)                                                         | 11/10(火)                                                                | 11/11(水)                                     | 11/12(木)                                                        | 11/13(金)                                                | 11/14(土)                                                          |
| 選<br>択<br>食 | 米飯<br>味噌汁（玉葱）<br>さばの塩焼き<br>鶏肉の甘酢あん<br>がんもの煮物<br>オクラの和えもの        | 米飯<br>すまし汁（花麴）<br>豚肉の葱味噌焼き<br>赤魚の煮つけ<br>揚げだし豆腐のなめこかけ<br>フルーツ（りんご缶）      | チキンカレー<br>カリフラワーとツナのサラダ<br>フルーツ（みかん缶）<br>ジョア | 米飯<br>味噌汁（わかめ）<br>豚肉のケチャップ炒め<br>あじの梅香焼き<br>小松菜のお浸し<br>ぶどうゼリー    | 米飯<br>中華スープ（なると）<br>麻婆豆腐<br>ブリ大根<br>ザーサイ和え<br>フルーツ（黄桃缶） | 米飯<br>味噌汁（麴）<br>白身魚のチリソース<br>炒り鶏<br>切干煮<br>青梗菜のドレッシング和え           |
| おやつ         | オレンジゼリー                                                         | コーヒーゼリー                                                                 | ピーナツパン                                       | シフォンケーキ                                                         | いちごムース                                                  | りんごゼリー                                                            |
|             | 11/16(月)                                                        | 11/17(火)                                                                | 11/18(水)                                     | 11/19(木)                                                        | 11/20(金)                                                | 11/21(土)                                                          |
| 屋 食         | 米飯<br>味噌汁（玉ねぎ）<br>鶏肉の照り焼き<br>冬瓜のカニあんかけ<br>いんげんのピーナツ和え           | 米飯<br>味噌汁（しいたけ）<br>鰯のごま焼き<br>肉じゃが<br>フルーツ（みかん缶）                         | カツ丼<br>味噌汁（大根）<br>若芽とオクラのさっぱり和え<br>青りんごゼリー   | ハヤシライス<br>コールスローサラダ<br>フルーツ（パイン缶）<br>ジョア                        | 米飯<br>味噌汁（もやし）<br>さわらのネギ塩焼き<br>厚揚げの麻婆炒め<br>ポテトサラダ       | 米飯<br>味噌汁（麴）<br>フライ盛り合わせ タルタルソースかけ<br>大根の煮物<br>キャベツのゆかり和え         |
| おやつ         | バームクーヘン                                                         | 青りんごゼリー                                                                 | ロールケーキ（コーヒー）                                 | 水ようかん                                                           | ピーチムース                                                  | いちごゼリー                                                            |
|             | 11/23(月)                                                        | 11/24(火)                                                                | 11/25(水)                                     | 11/26(木)                                                        | 11/27(金)                                                | 11/28(土)                                                          |
| 選<br>択<br>食 | 米飯<br>味噌汁（キャベツ）<br>鰯の竜田揚げ和風あんかけ<br>豚肉のすき焼き風煮<br>田舎煮<br>スパゲティサラダ | 米飯<br>コンソメスープ（菜の花）<br>チキンソテークリームソース<br>白身魚のみそマヨ焼<br>れんこんの甘酢炒め<br>ブドウゼリー | 三色丼<br>味噌汁（冬瓜）<br>高野豆腐の含め煮<br>マカロニとキャベツの辛子マヨ | 米飯<br>味噌汁（麴）<br>チキンマーマレード焼き<br>ぶりの煮付け<br>里芋の土佐煮<br>オクラの青じそ和え    | カレーうどん<br>チーズはんぺんフライ<br>4種豆のサラダ<br>ジョア                  | 米飯<br>すまし汁（春菊）<br>タラの蒲焼風<br>豚肉と野菜の旨煮<br>きのこのバター醤油炒め<br>フルーツ（みかん缶） |
| おやつ         | レモネードゼリー                                                        | 紅茶ケーキ                                                                   | マンゴープリン                                      | バナナスペシャル                                                        | プリン                                                     | ピーチムース                                                            |
|             | 11/30(月)                                                        | 第2週と第4週（11日・25日・27日を除く）の昼食は 部分 のメニューのどちらかをお選びください。                      |                                              |                                                                 |                                                         |                                                                   |
| 屋 食         | 米飯<br>味噌汁（わかめ）<br>豚肉塩ダレ炒め<br>豆乳つみれと野菜の煮物<br>ツナサラダ               |                                                                         |                                              |                                                                 |                                                         |                                                                   |
| おやつ         | りんごゼリー                                                          |                                                                         |                                              |                                                                 |                                                         |                                                                   |

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。