

介護老人保健施設

ゆうあい苑だより



令和5年  
9月号

2023/09/15  
令和5年8月27日発行  
担当者 代田 朱実枝

### 夏のお楽しみ昼食&人気昼食



#### うなぎちらし

- ・うなぎちらし
- ・しじみ出し汁
- ・ごぼうと豚肉の梅みそ炒め
- ・いちごヨーグルト



#### 人気の昼食

- ・ミートソーススパゲッティ
- ・ほうれん草と卵のソテー
- ・かぼちゃのサラダ
- ・ショア

みなさまの日常の風景



ビューティーヘルパーさんでカット



白熱する展開



本日はお茶か、カルピスです。

あなたどっち？



花のある食卓



私カルピス



# 9月のトピックス

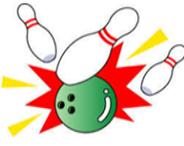
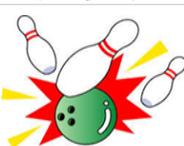
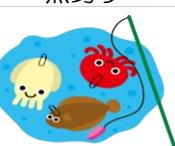
ゆうあい苑

## 敬老会

九月十四日（木）  
敬老会を行ないます。

場所 各階フロア

記念品の贈呈、  
お楽しみ会などの  
催しを行います。  
お楽しみに。

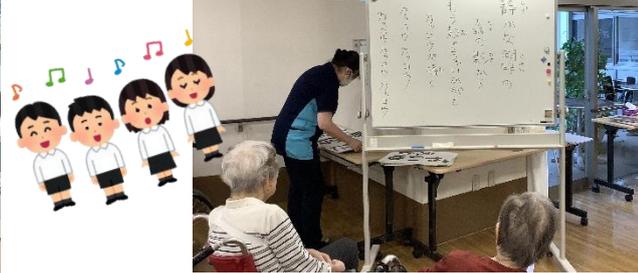
| 2023/9月   |  | レクリエーション予定表  |  |   |   |  |
|---|--|--|--|---|---|--|
| 日   | 月  | 火  | 水  | 木   | 金   | 土  |
|   |  |  |  |   | 1<br>DVD体操<br> | 2<br>ボーリング<br>  |
| 3<br>映画<br>    | 4<br>整容<br>     | 5<br>壁面工作<br>       | 6<br>風船バレー<br>  | 7<br>誕生日会<br>     | 8<br>映画<br>    | 9<br>輪投げ<br>    |
| 10<br>映画<br>   | 11<br>整容<br>    | 12<br>口腔レク<br>      | 13<br>壁面工作<br>  | 14<br>敬老会イベント<br> | 15<br>映画<br>   | 16<br>ボーリング<br> |
| 17<br>映画<br>  | 18<br>敬老の日<br> | 19<br>歌<br>        | 20<br>壁面工作<br> | 21<br>傘玉入れ<br>   | 22<br>映画<br>  | 23<br>秋分の日<br> |
| 24<br>映画<br> | 25<br>整容<br>  | 26<br>塗り絵・脳トレ<br> | 27<br>魚釣り<br> | 28<br>歌<br>     | 29<br>映画<br> | 30<br>射的<br>  |
| ぜひ、ご参加下さい！！   |  |  |  |   |   |  |

### 指笛の会の皆様来苑

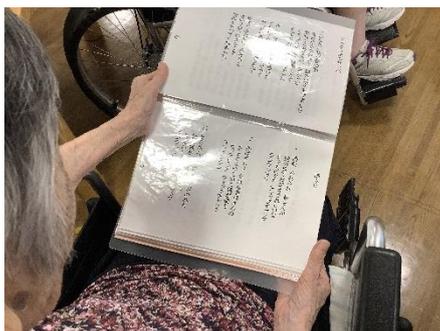


コンサート開催！！

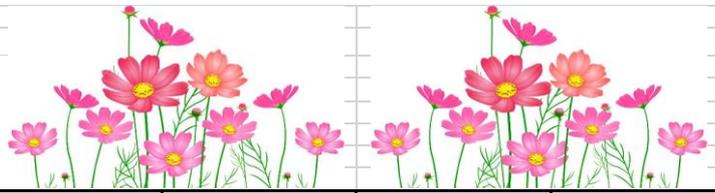
### コンサートに向けて



歌の練習してました！



# 9月予定献立表



|    | 日   | 月   | 火  | 水   | 木   | 金   | 土  |
|----|---|---|--|---|---|---|--|
|    |   |   |  |   |   | 1   | 2  |
| ひる |   |   |  |   |   | ご飯<br>鶏肉の塩だれ焼き<br>アロヨリのバターソテー<br>菜の花の酢味噌和え<br>ヨーグルト | ご飯<br>カレーのタルタル焼き<br>かぼちゃのそぼろあん<br>もやし胡麻酢和え<br>牛乳 |
|    |   | おやつ   |  |   |   |   | バウムクーヘン  |
|    | 3   | 4   | 5  | 6   | 7   | 8   | 9  |
| ひる | ご飯<br>ほっけの塩焼き<br>ごぼうとベーコンの炒め物<br>さつま芋のサラダ<br>牛乳 | チャーハン<br>春雨スープ<br>じゃが芋のご味噌バター<br>キャベツサラダ<br>  | ご飯<br>ブルコギ風<br>なめたけ豆腐<br>大根の梅和え<br>ショア     | ご飯<br>サーモンフライ<br>大根の中華風そぼろ煮<br>モロヘイヤの生姜和え<br>牛乳 | 焼きそば<br>中華スープ<br>小松菜のナムル<br>ヨーグルト<br>                       | ご飯<br>チキンカレー<br>チーズサラダ<br>フルーツヨーグルト<br>福神漬け         | ご飯<br>けんちん汁<br>カレーのパン粉焼き<br>茄子の甘辛炒め              |
|    | おやつ   | せんべい  | ココアミルク寒天                                   | もみじ饅頭   | せんべい  | たんじょうかい<br>誕生会★いちごドーム                               | アイスクリーム  |
|    | 10  | 11  | 12   | 13  | 14  | 15  | 16   |
| ひる | ご飯<br>さばの塩焼き<br>根菜の煮物<br>大根サラダ<br>牛乳            | ご飯<br>鶏肉のレモンパッパ-焼き<br>切干大根煮<br>春雨サラダ<br>ヨーグルト | ご飯<br>牛肉コロッケ<br>卵の花<br>キャベツのゆかり和え<br>牛乳    | ご飯<br>すずきの香味漬け焼き<br>豆とひき肉のトマト煮<br>春菊の白和え<br>牛乳  | 赤飯<br>天ぷら(えび、芋、舞茸)<br>筑前煮<br>茶碗蒸し<br>巨峰<br><br>祝<br>紅白まんじゅう | 麦ご飯<br>豚肉の柳川風煮<br>茄子の炒め物<br>もやしのポン酢和え<br>ショア        | きのこ肉うどん<br>しゅうまい<br>ほうれん草ナムル<br>ヨーグルト            |
|    | おやつ   | せんべい  | マーブルケーキ                                    | バナナムース  | せんべい  | 抹茶カステラ  | パンケーキ(いちご)                                       |
|    | 17  | 18  | 19   | 20  | 21  | 22  | 23   |
| ひる | ご飯<br>チーズハンバーグ<br>さつま芋のレーズン煮<br>春菊のおかか和え<br>牛乳  | ご飯<br>ホキの甘酢あんかけ<br>炒り豆腐<br>かぼちゃサラダ<br>牛乳      | 麦ご飯<br>ハヤシライス<br>海藻サラダ<br>パインヨーグルト         | ご飯<br>すずきの柚子胡椒焼き<br>じゃが芋の胡麻煮<br>青梗菜の酢の物<br>牛乳   | ご飯<br>豚汁<br>ほっけの塩焼き<br>アロヨリのドレッシング和え<br>                    | 麦ご飯<br>麻婆豆腐<br>れんこんの炒り煮<br>春菊のお浸し<br>ショア            | ご飯<br>チーズメンチ<br>卵の花<br>おくらのポン酢和え<br>牛乳           |
|    | おやつ   | せんべい  | メロンムース                                     | プリン   | せんべい  | おはぎ   | チョコドーナツ  |
|    | 24  | 25  | 26   | 27  | 28  | 29  | 30   |
| ひる | ご飯<br>きのこ汁<br>あじの南蛮漬け<br>スパゲティサラダ               | ご飯<br>鶏肉の梅肉焼き<br>かぶの中華煮<br>キャベツの柚子和え<br>牛乳    | パン<br>いちごジャム<br>クリームシチュー<br>きのこのサラダ<br>ショア | ご飯<br>鱈の南部焼き<br>鍋しぎ<br>きゅうりとわかめの酢の物<br>牛乳       | タンメン<br>餃子<br>いんげんの磯和え<br>ヨーグルト                             | ご飯<br>鶏の照り焼き<br>れんこんのおかか和え<br>ほうれん草の酢味噌和え<br>ショア    | 麦ご飯<br>秋野菜カレー<br>ほうれん草と卵のサラダ<br>みかんヨーグルト<br>漬物   |
|    | おやつ   | せんべい  | いちごムース                                     | あんドーナツ  | せんべい  | パンケーキ   | ミルク寒天黒蜜かけ  |

※食材等の都合により、献立内容が変更になることがあります。