

# 月刊 **デイ** かすかみ

Vol. 128

皆さんこんにちは♡いかがお過ごしでしょうか？

10月になりました。暑かった夏から段々と涼しくなり過ごしやすくなって来ましたね。今年は9月の中頃から、早くもインフルエンザが流行り、ビックリしました。たくさん人がいる所に行くときは、マスク。怖ったら、うがい・手洗いを忘れずにしましょうね！ 10月中頃から遠足も予定してます。お楽しみに！（担当：坂本）

## 手品・南京玉すだれ ボランティアさん 来訪



9月3日に、ボランティアの伊井虎男さんが、手品や南京玉すだれを披露して下さいました。お話も、とってもおもしろくて皆さん大爆笑でした！！！！！！

## 8月おやつ作り



五郎島金時を使ったよ♡

つぶして形を巻いて〜♡

おいしかったよ♡



**工作クラブ  
余技展  
作品作り**

順調に進んでいます。  
11月に  
間に合います様に

鳥越のソバ畑  
に行って来ました。  
一面真っ白  
でキレイでした。

**ソバの花を見に  
ドライブに行って  
来ました☆**




**♪グリーンカフェ♪**

毎月第3火曜日にグリーンカフェ  
が行われます。グリーンポートから  
かすかみ3階食堂にリニューアルし、  
気分も新たに！美味しいケーキや飲  
み物を食べてます♥

**いちごのショートケーキ  
チョコレートケーキ  
フリン**

**コーヒー  
ジュース  
お抹茶**

**和菓子**



**9月お誕生会**

若杉町の  
穂の香でうどんを  
食べました。

**そして、  
マルフジでケーキを  
買いました♥**




# ♥職員紹介で〜す♥



看護師  
岡田

奈緒美

出産・育休を終え、この度職場復帰させていただ  
きました。

1年前と変わらず元気に通って下さっている皆様、  
新しく利用されている方々に、私も元気をもらって  
います。これから仕事・育児に励み、かすかみに来て  
「楽しい一日になった!」「元気になったー!」と  
言ってもらえるお手伝いができればと思います。



## とある、 午前中の 風景♪

午前中のレクリエーショ  
ンは、職員のお話や体・頭  
の体操を行って、過ごして  
います。この間にお風呂も  
入っています!

## 9月かすかみクイズ 答え合わせ

9月号のクイズ。

かすかみは創設何年でしょうか?

かすかみができたのが平成9年3月1日です。  
ですので、答えは・・・

創設

# 22年

になります。

## ♪かすかみクイズ♪

かすかみで飼っている  
動物は何でしょうか?

※答えは来月号で!



# 10月献立表



| 月   | 火   | 水  | 木   | 金  | 土  | 日  |
|---|---|--|---|--|--|----|
|   | 1<br>ごはん<br>豚肉の味噌つけ焼き<br>白和え<br>即席漬け<br>みそ汁<br>おやつ(メロンパン)<br>585kcal                  | 2<br>ごはん<br>さばの塩焼き<br>白菜とアサリの煮浸し<br>漬物(青しそのみ漬)<br>根菜汁<br>おやつ(蒸しパン)<br>522kcal      | 3<br>ごはん<br>白身魚のマヨネーズ焼き<br>冬瓜の煮物<br>漬物(さくら大根)<br>みそ汁<br>おやつ(水饅頭)<br>537kcal     | 4<br>ごはん<br>豆腐野菜ハンバーグ<br>ポテトサラダ<br>白花豆<br>みそ汁<br>おやつ(ドームケーキ)<br>617kcal                    | 5<br>ごはん<br>魚の山椒焼き<br>大豆とひじきの炒り煮<br>フルーツ(みかん缶)<br>みそ汁<br>おやつ(まん丸ドーナツ)<br>609kcal | 6  |
| 7<br>ごはん<br>松風焼き<br>かりフラワーのサラダ<br>フルーツ(りんご缶)<br>みそ汁<br>おやつ(マドレーヌ)<br>617kcal    | 8<br>ごはん<br>豚ときのこのトマトソース煮<br>もやしとあさりの炒め物<br>かつおおかか<br>コンソメスープ<br>おやつ(吹雪饅頭)<br>547kcal | 9<br>ごはん<br>タラの粕漬け焼き<br>煮浸し<br>なます<br>お吸物<br>おやつ(きな粉プリン)<br>471kcal                | 10<br>ごはん<br>鶏の唐揚げ<br>切干大根と青菜のサラダ<br>フルーツ(洋梨)<br>みそ汁<br>おやつ(スイートポテト)<br>577kcal | 11<br>ごはん<br>おでん<br>いんげんのごま和え<br>キャベツのおかか和え<br>フルーツ(パイン缶)<br>おやつ(いちご蒸しパン)<br>524kcal       | 12<br>ごはん<br>メンチカツ<br>ビーフソテー<br>フルーツ(白桃缶)<br>みそ汁<br>おやつ(焼きプリンタルト)<br>679kcal     | 13 |
| 14<br>ごはん<br>アジの塩焼き<br>マカロニサラダ<br>煮豆<br>お吸物<br>おやつ(抹茶水羊羹)<br>557kcal            | 15<br>ごはん<br>親子蒸し<br>大根のきんぴら<br>フルーツ(黄桃缶)<br>みそ汁<br>おやつ(せんべい)<br>501kcal              | 16<br>ごはん<br>魚の衣煮<br>青菜の和え物<br>漬物(しば漬け)<br>みそ汁<br>おやつ(抹茶蒸しパン)<br>469kcal           | 17<br>ごはん<br>アジの田楽風<br>切干大根の煮付け<br>漬物(青しそのみ漬)<br>みそ汁<br>おやつ(抹茶わらびもち)<br>497kcal | 18<br>《セレクト》<br>ごはん<br>(A)豚ロースのマレード焼き<br>(B)赤魚の煮付け<br>白菜のお浸し<br>昆布豆<br>お吸物、どら焼き<br>709kcal | 19<br>ごはん<br>焼き餃子<br>角揚げの煮物<br>漬物(さくら大根)<br>中華スープ<br>おやつ(コアワッフル)<br>580kcal      | 20 |
| 21<br>ごはん<br>さんまの蒲焼き風<br>青梗菜のじゃこ入り煮浸し<br>甘酢和え<br>お吸物<br>おやつ(黒糖まんじゅう)<br>619kcal | 22<br>《即位礼正殿の儀》<br>ごはん<br>あじのカレムニエル<br>磯和え<br>漬物(干切り沢庵)<br>みそ汁<br>おやつ(水羊羹)<br>496kcal | 23<br>ごはん<br>豚肉ときのこのボン酢炒め<br>春雨サラダ<br>漬物(しば漬け)<br>かきたま汁<br>おやつ(和のパンケーキ)<br>510kcal | 24<br>ごはん<br>焼魚の白味噌ソース<br>五目煮<br>漬物(さくら大根)<br>みそ汁<br>おやつ(黒糖蒸しパン)<br>503kcal     | 25<br>ごはん<br>魚フライのタルタルソース<br>青菜の和え物<br>フルーツ(黄桃缶)<br>お吸物<br>おやつ(たいやき)<br>588kcal            | 26<br>ごはん<br>肉団子の甘辛煮<br>切干大根と青菜のゴマサラダ<br>おかか和え<br>みそ汁<br>おやつ(豆乳プリン)<br>554kcal   | 27 |
| 28<br>ごはん<br>豚肉と厚揚げの炊き合わせ<br>かぶのかに風味あん<br>菜種和え<br>みそ汁<br>おやつ(ふわふわ大福)<br>582kcal | 29<br>ごはん<br>赤魚の照り焼き<br>さつま揚げと野菜炒め煮<br>白菜の柚子味噌和え<br>お吸物<br>おやつ(今川焼き)<br>505kcal       | 30<br>ごはん<br>あじの南蛮漬け<br>しめじと青菜の和え物<br>フルーツ(黄桃缶)<br>みそ汁<br>おやつ(抹茶プリン)<br>622kcal    | 31<br>ごはん<br>南瓜コロッケ<br>キャベツのソテー<br>クラッシュゼリー<br>コンソメスープ<br>おやつ(酒饅頭)<br>558kcal   |  |  |    |

※都合により献立が変更になる場合がございます。

### ☆デイサービスかすかみご利用空き情報

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|
| ◎ | ◎ | ◎ | ○ | ◎ | ○ |

- ◎ 十分空きがあります
- 空きがあります
- △ ご相談下さい

☆資料請求、ご相談、一日体験利用のご希望等は元野までお願いします。(47-4745)

発行所 社会福祉法人かすかみ  
デイサービスセンターかすかみ

小松市岩渕町46番地1  
TEL(0761)47-4745  
FAX(0761)47-4744

### — 10月行事予定 —

- 10/14(月) 演芸ボランティア
- 15(火) グリーンカフェ
- 16(水) 法話会
- 24(木) 誕生会外食イベント予定
- 15(火)～21(月) 秋の遠足予定

※当所に対するご意見・ご要望  
などございましたらお寄せ下さい。

