





今年の夏は、異例の夏になっております。 新型コロナウイルス感染 発生に伴い小松市緊急行動期間など様々な新しい生活様式に日々 戸惑っています。利用者様に安心かつ安全にかすかみで過ごしてい ただけるよう、職員一同感染予防に努め、頑張ってまいます。

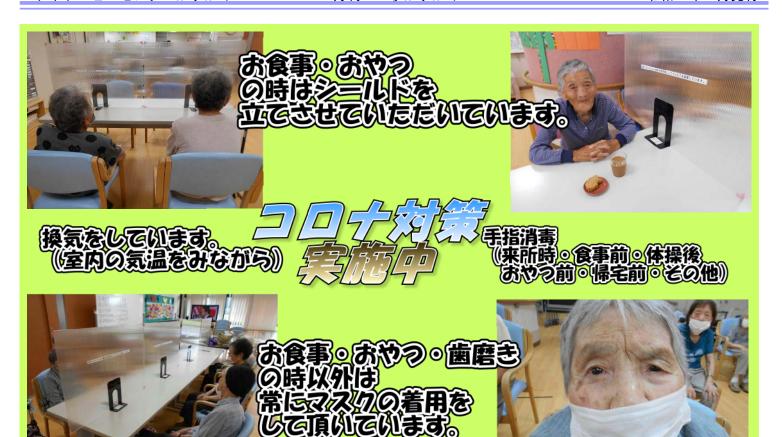
また熱中症にも十分に気を付けていきましょう。 (担当:岡田)













コロナウイルス対策実施中です。ご利用日の朝に検温し、 37.5℃以上の熱のある方にはご利用をご遠慮いただく事と

なっています。またご家族様で風邪症状、 発熱がある場合や県外へ出られた場合も お知らせしていただきます。かすかみ内 では、ご利用者様にマスクの着用、手指

消毒、換気など感染予防を行っています。なお今後の推移によっては、サービスの提供を縮小して実施する対応をとらせていただく場合がございますのでご了承ください。引き続きご協力のほどよろしくお願い致します。





過ごしやすくなってきた9月下旬にも、「夏バテ」と似た症状が表れることがあるようです。それを「秋バテ」といい、夏にエアコン等で体が冷えたことで、自律神経が乱れて起こる症状だそうです。 運動をしたり、バランスの良い食事を心

掛け、秋バテにならない様にしましょうね♡



## 9 月献立表



月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	ごはん	ごはん	ごはん	高菜チャーハン	ごはん	
	焼肉炒め	さわらの照り焼き	白身魚のさらさ蒸し	花野菜のサラダ	焼魚の白味噌ソース	
	ナムル	青菜のごまマヨ和え	海藻サラダ	杏仁豆腐	根菜サラダ	
	豆腐サラダ	フルーツ(黄桃缶)	フルーツ(みかん缶)	お吸物	漬物(つぼ漬け)	
	みそ汁	お吸物	みそ汁		みそ汁	
	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(きな粉プリン)	おやつ(焼きドーナツ)	おやつ(小豆ムース)	おやつ(抹茶蒸しパン)	
	557kcal	555kcal	458kcal	446kcal		
7	8	9	10	11	12	13
ごはん	カレーライス	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
厚揚げの中華煮	マカロニサラダ	擬製豆腐	柳川風煮	炊き合わせ	肉じゃが	
野菜焼売	フルーツゼリー	ベーコンと青菜の炒め物		あさりのお浸し	海老と大根の柚香和え	
漬物(きゅうり漬け)	香の物	オクラのおかか和え		なます	フルーツ(黄桃缶)	
みそ汁		みそ汁	お吸物	みそ汁	みそ汁	
おやつ(ココアワッフル)	おやつ(かすてら)	おやつ(スイートポテト)	おやつ(焼きプリンタルト)	おやつ(水羊羹)	おやつ(ドームケーキ)	
530kcal		555kcal	628kcal			
14	15	16 《セレクト》	17	18	19	20
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
	鶏肉のクリームソースかけ			鱈の山芋蒸し	鶏肉のおろしかけ	
ビーフンソテー		(B)白身魚のポテト焼き		青しそ和え	かぼちゃの含め煮	
漬物(きゅうり漬け)	フルーツ(洋梨缶)	かぼちゃサラダ	漬物(桜大根)	即席漬け	フルーツ(パイン缶)	
中華スープ	みそ汁		みそ汁	お吸物	みそ汁	
おやつ(酒饅頭)	おやつ(せんべい)	お吸物、おやつ	おやつ(豆乳プリン)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(黒糖蒸しパン)	
	472kcal	669kcal	595kcal			
21 《敬老の日》	22 《秋分の日》	23	24	25	26	27
お赤飯	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
天ぷらの盛り合わせ			白身魚の青のりピカタ		鯖の味噌漬け焼き	
茶碗蒸し	冬瓜の煮物	もやしの炒め物	小松菜としめじの煮浸し		うの花	
お吸物	春雨サラダ	オクラのおかか和え	-	フルーツ(洋梨缶)	いんげんのピーナッツ和え	
	けんちん汁	そうめん汁	みそ汁	みそ汁	お吸物	
おやつ(ふわふわ大福)	おやつ(抹茶プリン)	おやつ(吹雪饅頭)	おやつ(蒸しパンケーキ)	おやつ(抹茶わらびもち)	おやつ(マドレーヌ)	
571kcal		516kcal	538kcal	623kcal	621kcal	
28	29	30				
ごはん	ごはん	ごはん				
赤魚のおろし煮	肉詰めいなりの炊き合わせ					
	プロッコリーのにんにく醤油炒め					
	フルーツ(洋梨缶)	野菜の洋風漬物				
お吸物	お吸物	みそ汁				
おやつ(味噌饅頭)	おやつ(水饅頭)	おやつ(いちご蒸しパン)				
464kcal	553kcal	593kcal				

※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	<ul><li>○ 十分空きがあります</li><li>○ 空きがあります</li></ul>
0	0	0	0	0	Δ	□ ○ 空さかめりょう □ ○ 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 **(人) 社会福祉法人かすかみ会** デイサービスセンターかすかみ

小 松 市 岩 渕 町 4 6 番 地 1 TEL(0 7 6 1) 4 7 - 4 7 4 5 FAX(0 7 6 1) 4 7 - 4 7 4 4

## - 9月行事予定 -

コロナウイルス対策により行事の 予定を決定しておりません。

※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し