

月刊 ディカスカミ

Vol. 143



新年あけましておめでとうございます。

昨年は新型コロナウイルスの影響で皆様には大変ご迷惑をおかけしました。皆様のご協力のおかげで何事もなく施設運営を行うことができました。今年はコロナウイルスが収まり、今までのような季節行事や外出活動ができるようになることを願っておます。それまでは職員が一丸となって、感染予防に努めて参ります。皆様のご理解とご協力を何卒よろしくお願ひ申し上げます。
(担当:施設長小林)

小松市から、

バームクーヘンを

頂きました。



小松市が、小松市生誕80周年のお祝いに、全学校やこども園、施設などに、スイーツをプレゼントされたそうで、かすかみにはバームクーヘンが届きました！皆でおやつに食べました。

ありがとうございます！小松！！！



座布団完成しました！！



昔を思い出し
ながら、

布団の綿を、互い違いに重ねます。



綿を包んで、一枚重ね

綿をカバーの端を縫います。



カバーをひっくり返します。



端の縫い付けた糸を引っ張り、綿を整えます。



綿がズレないように真ん中を糸で×に縫います。



出来上がり



使い心地

最高です♥



皆で声を
掛け合い



がんばり
ました！！





12月の お誕生会



12/31 年忘れ ビンゴ大会



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、県外から来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。引き続きご協力のほどよろしくお願い致します。



*マスクの予備の持参をお願い致します。紐がちぎれたり、汚れがある場合交換します。なお、ご持参の無い場合は、当所で20円(11月より)にて購入して頂きます。ご了承下さい。

かすかみ 豆知識



1月7日は人日の節句といい、七草粥を食べる日です。七草は「セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ」。七草粥は、不足しがちな栄養を補給するほかに、お正月に疲れた胃を休める効果もあります。また、足裏をマッサージすると疲れた胃を休める効果が期待できます。

1月献立表



月	火	水	木	金	土	日
4 赤飯 筑前煮 菜の花の辛子和え えびす みそ汁 おやつ	5 ごはん 揚げ出し豆腐のかにあんかけ 小松菜とツナのサラダ フルーツ(黄桃缶) みそ汁 おやつ	6 ごはん 豚肉と春雨の五目炒め 小松菜の煮浸し 卵の花のポテサラ みそ汁 おやつ	7 ごはん 魚のピリ辛野菜ソース 切干大根の炒り煮 キャベツのゴマ和え お吸物 おやつ	8 ごはん とんかつ ぜんまいの煮物 青菜のお浸し お吸物 おやつ	9 ごはん あさりと豆腐の卵とじ ピーマンの金平風 マカロニサラダ お吸物 おやつ	10
475kcal	495kcal	534kcal	408kcal	500kcal	524kcal	
11 ごはん ぶりの塩麹蒸し 青梗菜のお浸し フルーツ(黄桃缶) みそ汁 おやつ	12 ごはん 肉詰めいなりの炊き合わせ 豆腐の田楽 漬物(つぼ漬け) みそ汁 おやつ	13 ごはん コロッケ 冬瓜の煮物 キャベツの梅肉和え お吸物 おやつ	14 ごはん 変り種回鍋肉風 さつま揚げ吹寄せ煮 小松菜のお浸し けんちん汁 おやつ	15 ごはん 白身魚フライ 根菜のサラダ 杏仁豆腐 コンソメスープ おやつ	16 ごはん とりつくね いんげんのごま和え フルーツ(白桃缶) みそ汁 おやつ	17
475kcal	470kcal	480kcal	423kcal	562kcal	513kcal	
18 ごはん ハンバーグステーキ フレンチサラダ フルーツ(パイン缶) 野菜スープ おやつ	19 ごはん てんぷら盛り合わせ キャベツの梅おかか和え フルーツ(みかん) みそ汁 おやつ(せんべい)	20 ごはん さわらのゆず味噌焼き 茶碗蒸し 金時豆の甘煮 みそ汁 おやつ(小豆ムース)	21 ごはん 温野菜のかにたまんかけ 里芋のゴマ和え オレンジゼリー みそ汁 おやつ	22 ごはん 白身魚のバター醤油焼き 冬瓜の煮物 フルーツ(黄桃缶) みそ汁 おやつ	23 ごはん チキン南蛮 ツナサラダ フルーツ(パイン缶) 中華スープ おやつ	24
555kcal	537kcal	549kcal	506kcal	418kcal	540kcal	
25 ごはん 魚のとろろ蒸し がんもの煮物 ゴママヨ和え みそ汁 おやつ	26 《セレクト》 ごはん (A)和風天津飯 (B)味噌かつ丼 にんじんサラダ 漬物(さくら大根) 粕汁、おやつ	27 ごはん 鮭ときのこの塩麹蒸し 切干大根煮 煮豆(金時豆) お吸物 おやつ	28 ごはん まぐろカツ 冬瓜の水晶煮 フルーツ(洋梨缶) コンソメスープ おやつ	29 ごはん マカロニサラダ 花野菜のサラダ フルーツゼリー みそ汁 おやつ	30 ごはん 豚皿 小松菜のじゃこ入り煮浸し 昆布豆 お吸物 おやつ	31
489kcal	944kcal	470kcal	539kcal	481kcal	472kcal	

※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)

ー 1月行事予定 ー

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い。

発行所 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46番地1
TEL (0761) 47-4745
FAX (0761) 47-4744

