

1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝｼﾞﾝｸﾞ ﾕｯｼﾞﾝｸﾞ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾏｯｼﾞ和え ﾅｽﾞの田舎煮 ﾃｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄﾞｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ｶﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｼﾞﾝｸﾞ (ｷｯｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾚｯﾄﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾞｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾞｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」 「利用してみたいな」 など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



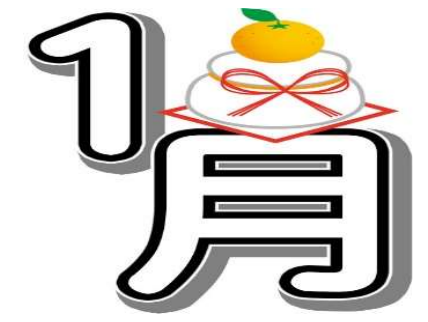
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

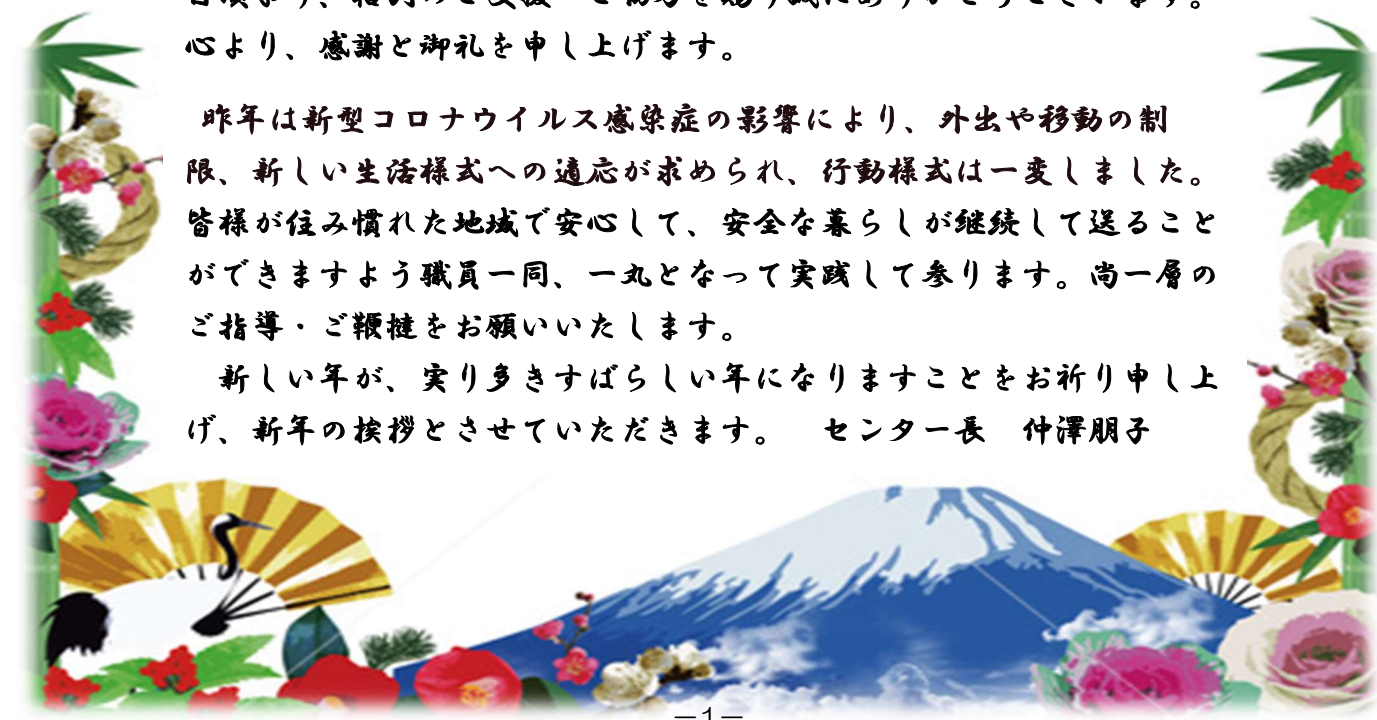


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-----------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ヌード 焼き さつまいも汁煮 ルンサガ コッスルブ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 フッパ和え なすの田舎煮 ザーサイ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ナル 中華スプ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト コッスルブ(ホットケーキ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華スプ(チーズ入蒸しパン) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ピーナツ和え 豚汁(加房・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL 840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

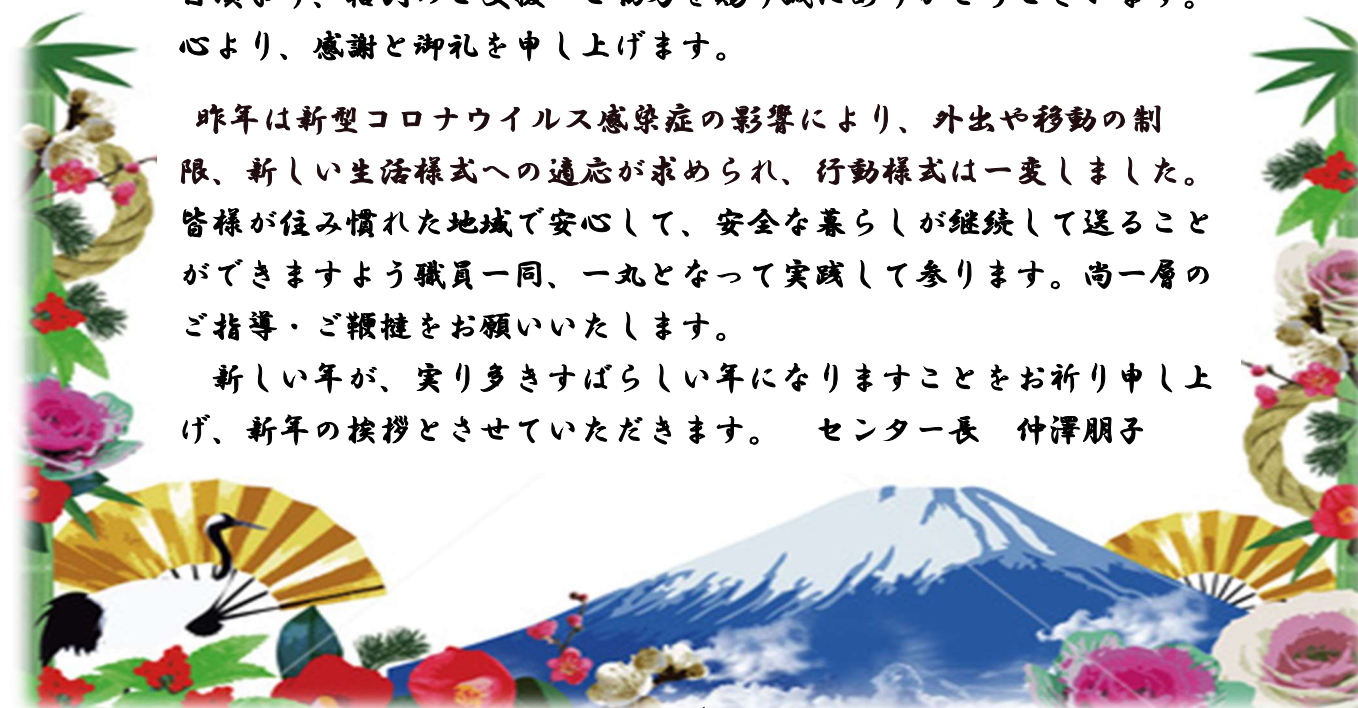


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚炙り焼き さつま芋の煮物 フルチカク コッスルーフ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁 (焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁 (煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁 (クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 チツァ和え なすの田舎煮 ザーサイ和え 味噌汁 (煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁 (ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁 (煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁 (イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい 丸餅 中華スープ (六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁 (蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁 (饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト コッスルーフ (ホットケーキ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁 (煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物 (クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁 (ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華スープ (チーズ入蒸しパン) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁 (ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ピーナツ和え 豚汁 (加房・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁 (煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁 (チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」 「利用してみたいな」 など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

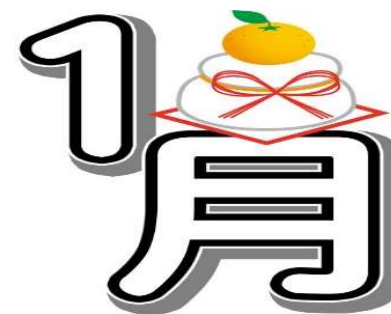


かすみがうら市坂933-1
029 (840) 9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることが出来ますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつまいも煮 ムﾝｼﾞﾀﾞ ｺｯｼﾞｽ-ﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬物 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾏｯｼﾞ 和え なすの田舎煮 ザｰサイ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽ-ﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ｺｯｼﾞｽ-ﾌﾟ(ｷｯｷ-煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽ-ﾌﾟ(ｽﾃｰﾌﾞ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ｲ-ﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



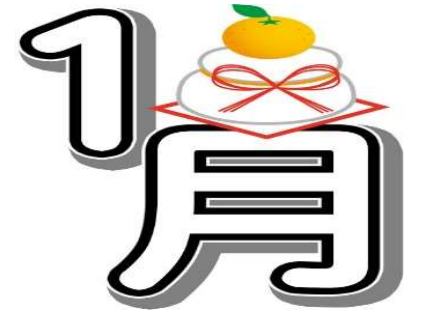
かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

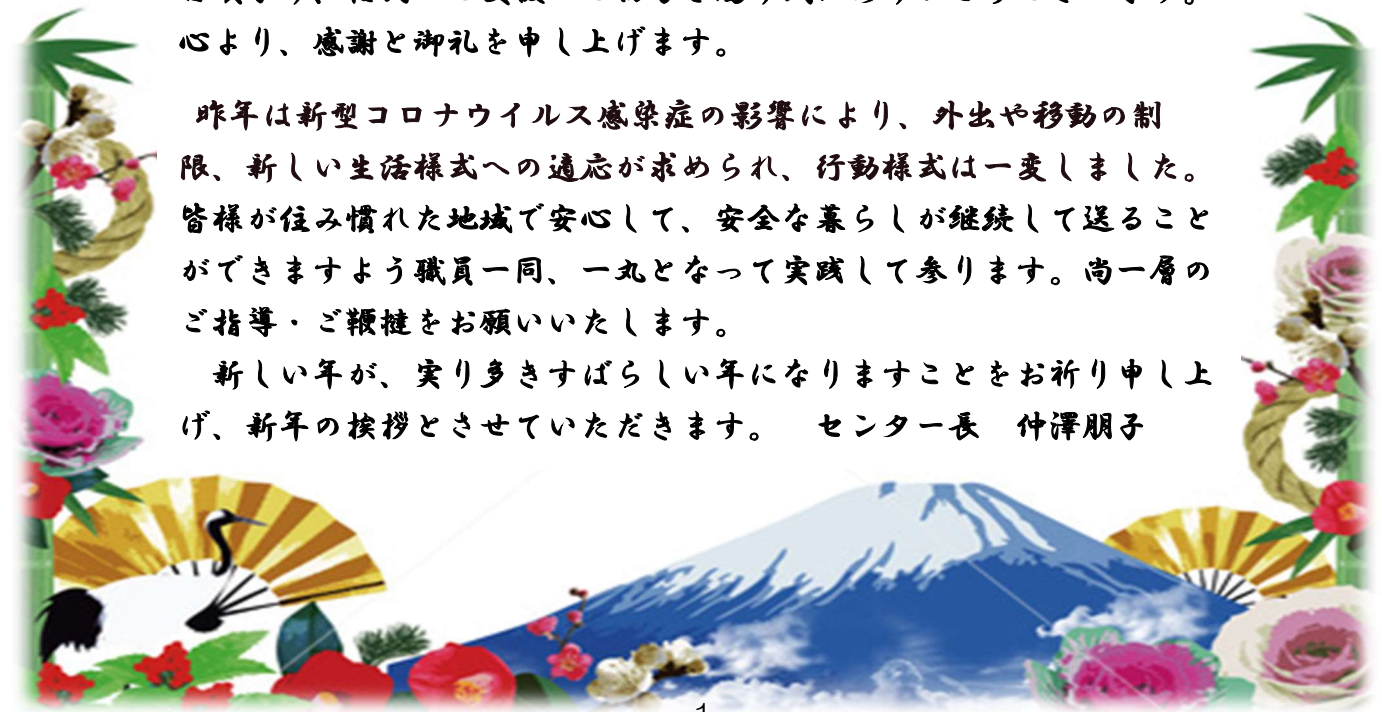


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾁｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟﾖｶｰ ﾅｽﾞの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯｸﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



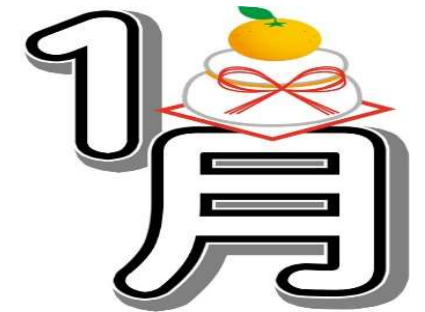
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

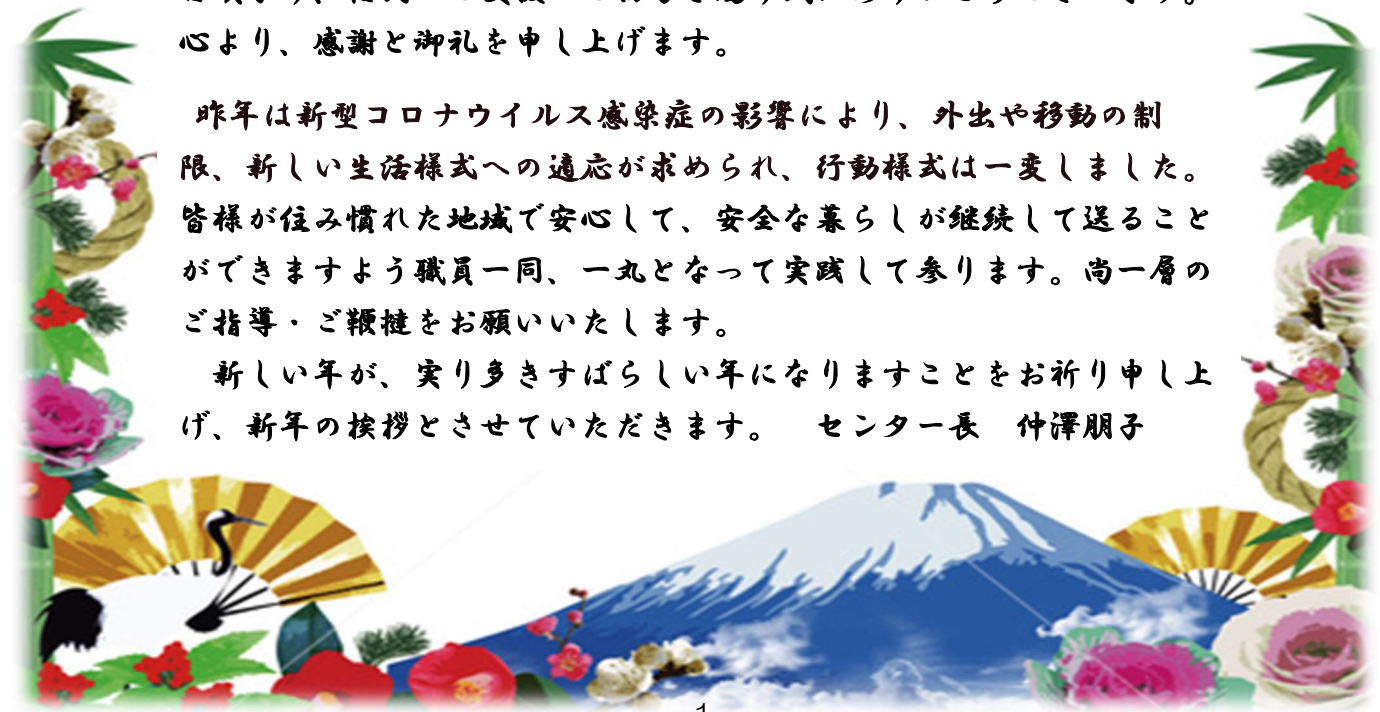


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾄﾞﾝｺ 煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏ和入 なすの田舎煮 ﾃｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄﾞｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーッとヨーグルト ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ (ﾎｯｸｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾃﾞｽﾞ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

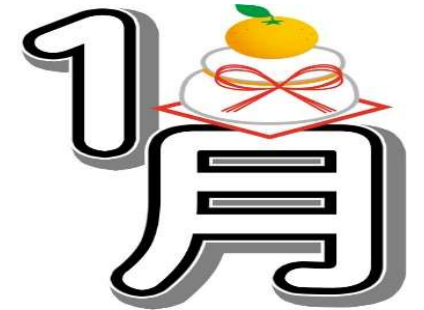


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

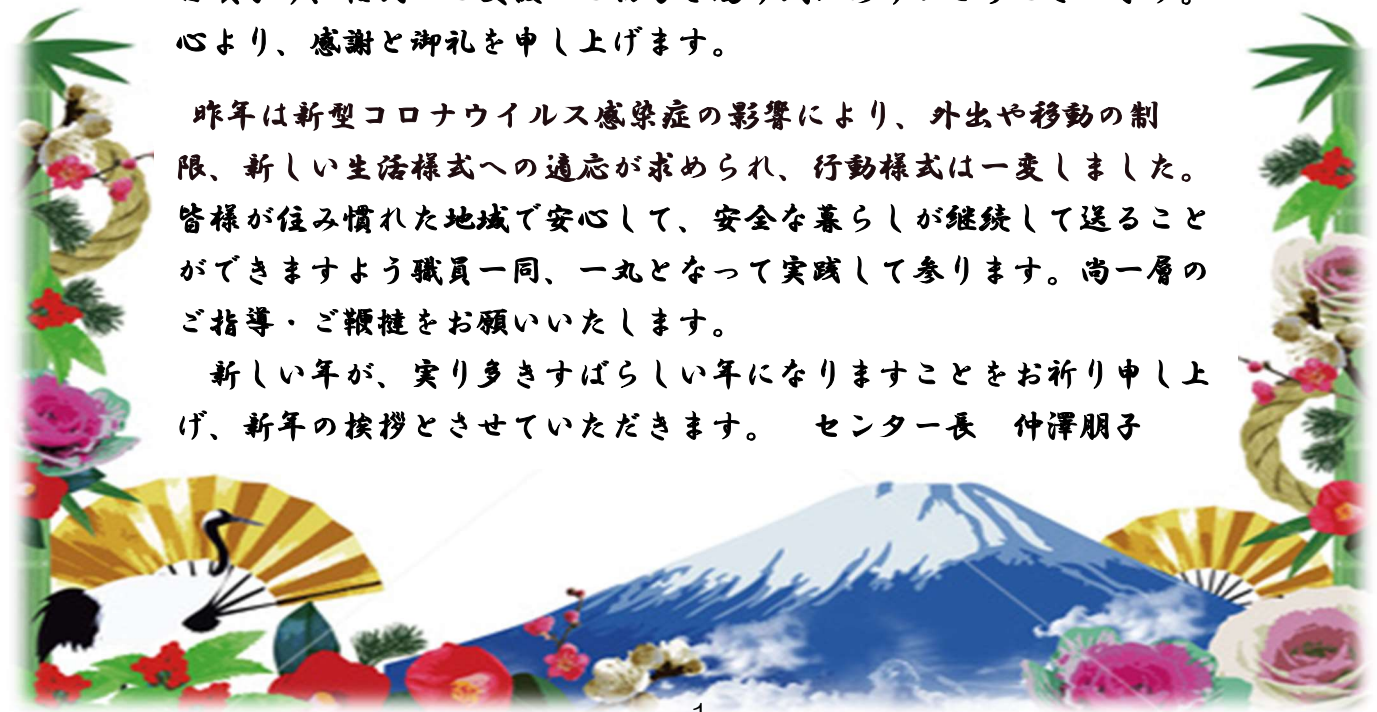


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾚﾝｼﾞﾝｶﾞ ﾓｯｼﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾞ和入 なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓｯｼﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾞｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



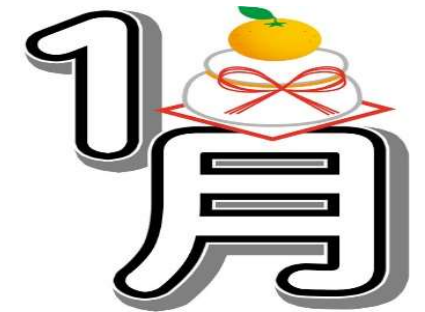
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

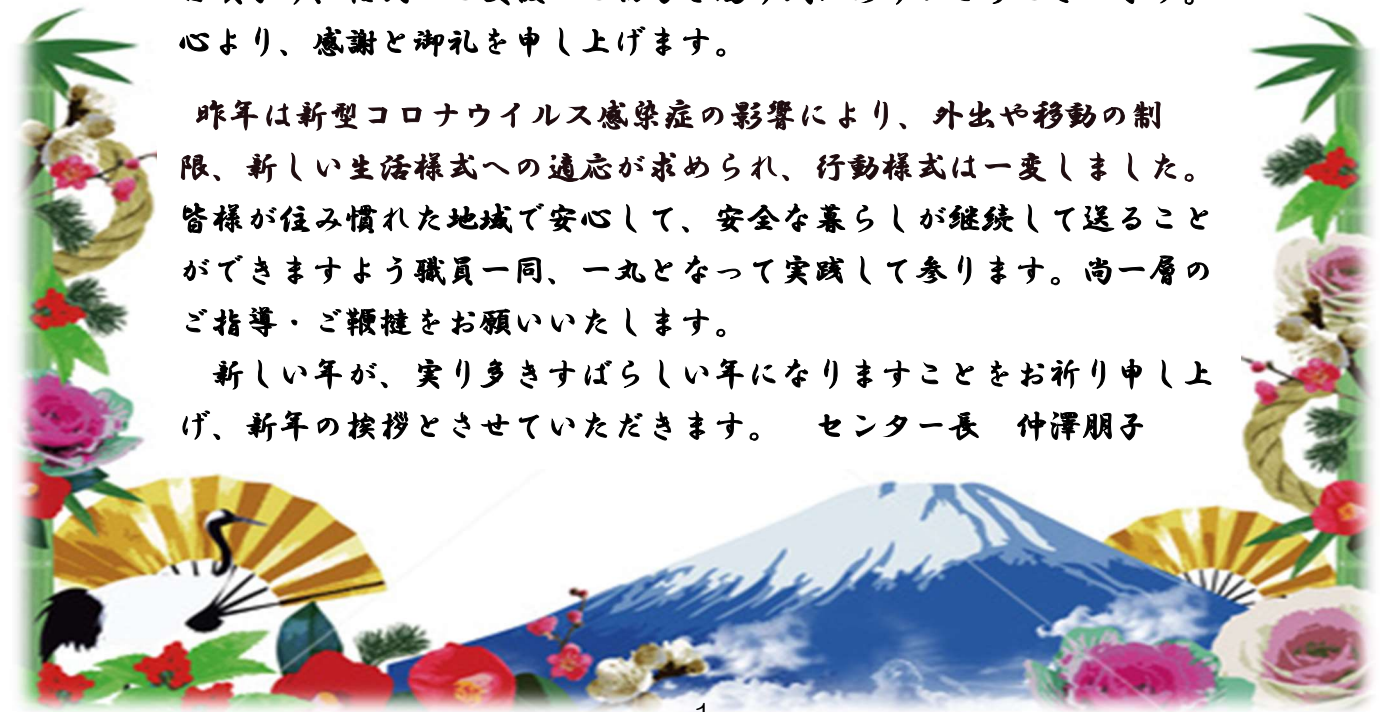


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏ和入 なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯｸﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



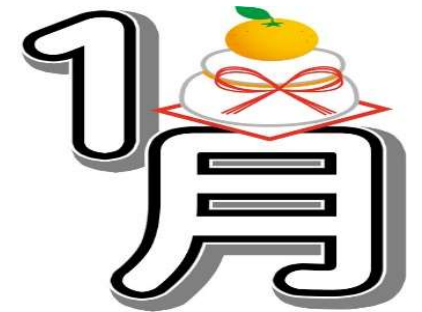
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

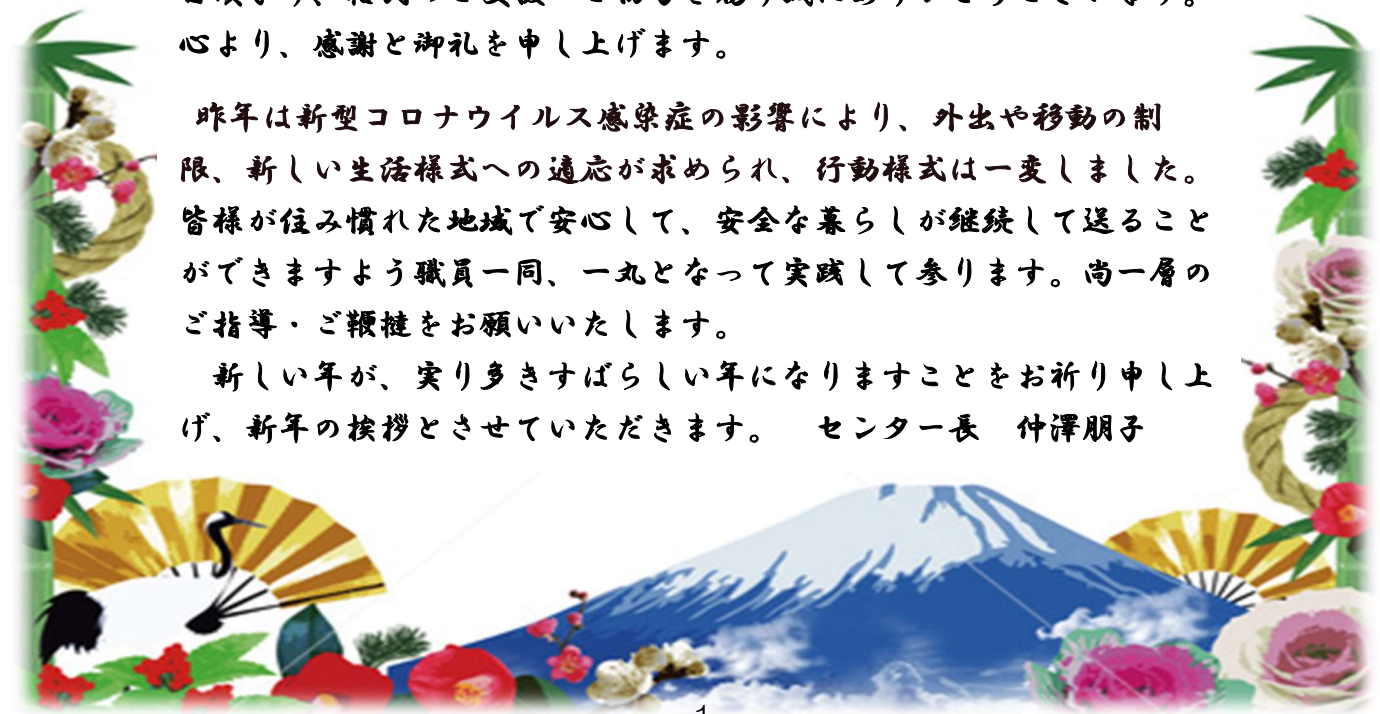


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾏﾝｶﾞ ﾞｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟﾙ和え なすの田舎煮 ザｰｻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾞｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(Tel 840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



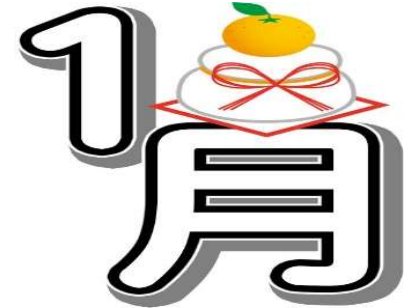
かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

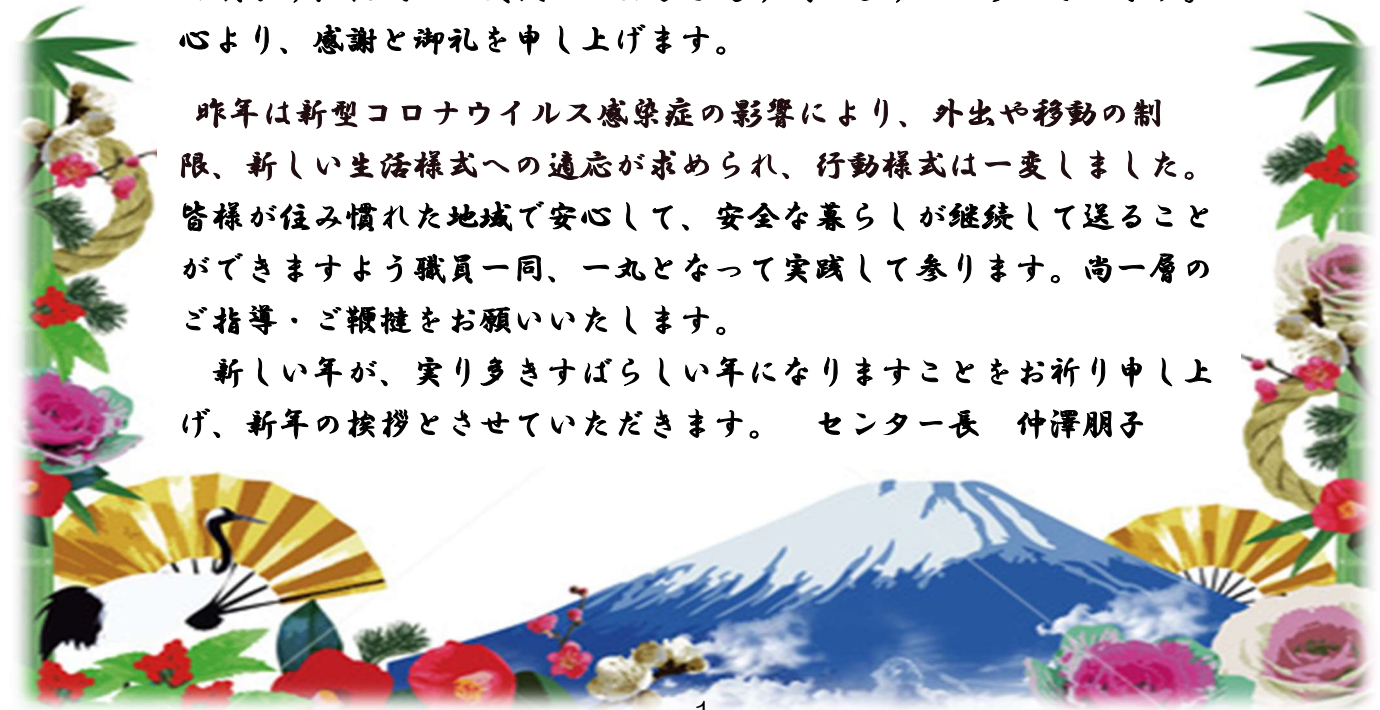


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつまいも煮 ﾌﾞﾝﾁｶﾞｺ ｺｼﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟｽ 和え なすの田舎煮 ザｰｼﾞ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ｶﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ｺｼﾞｽｰﾌﾟ (ｷｯｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾀﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

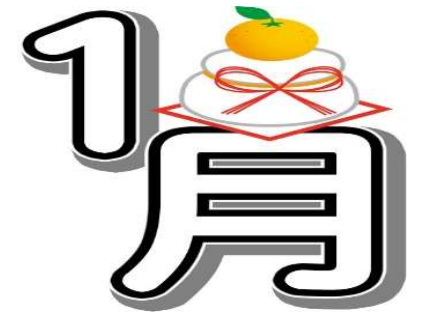


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏｰﾝ ﾏｰ ﾅｽﾞの田舎煮 ﾃｰﺻﺎｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

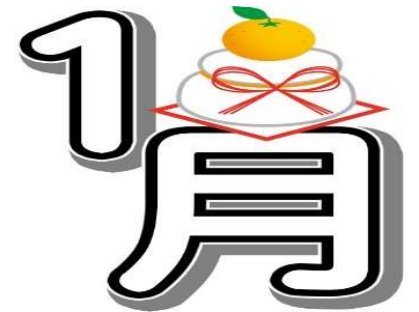


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

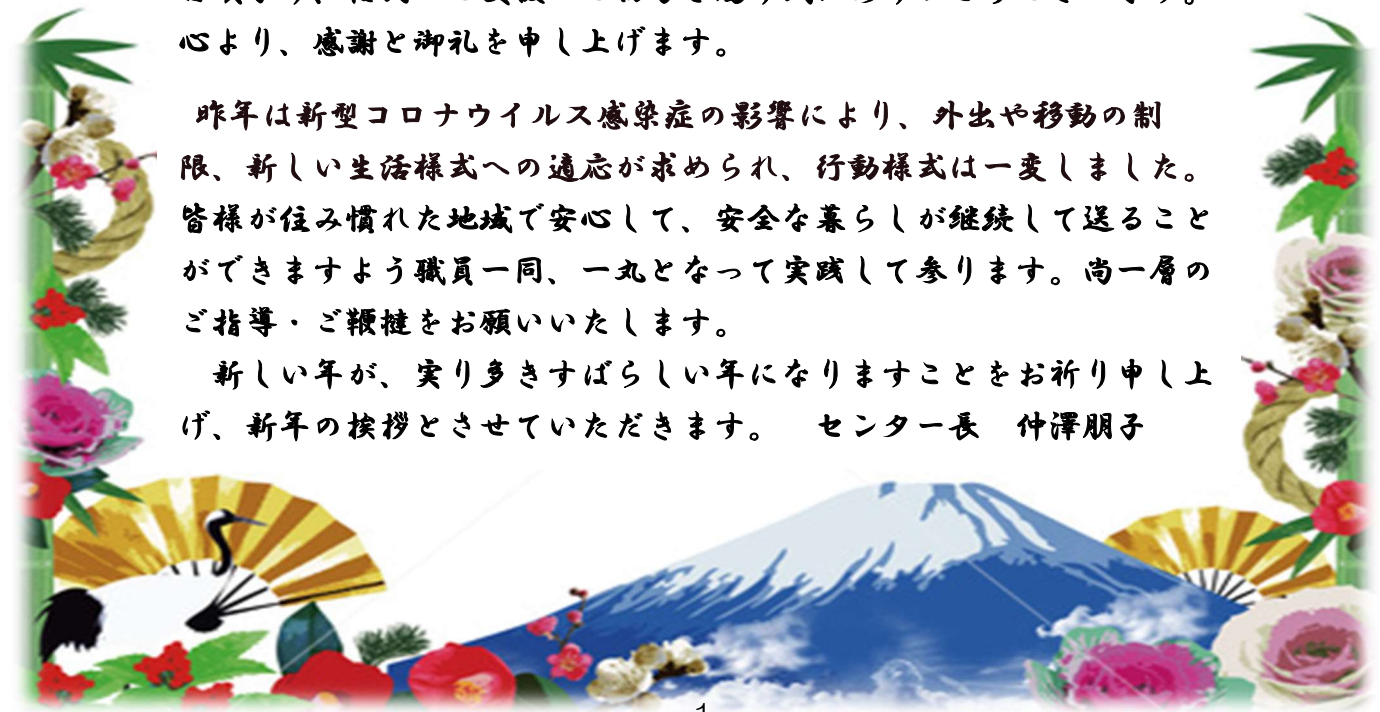


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟｽ ﾏﾝﾄﾞ ﾅｽﾞの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



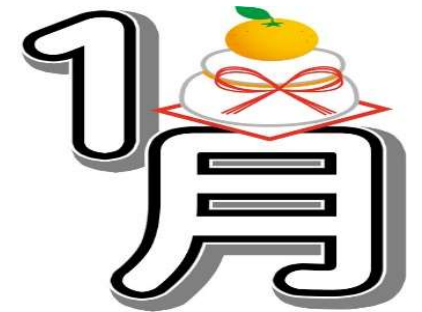
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾛｯﾄﾞ煮 ﾅﾝﾄﾞﾝｼﾞﾝｼﾞﾝ ﾓﾝﾄﾞﾝｼﾞﾝｼﾞﾝ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟｽ ﾜｰ ﾅｽﾞの田舎煮 ゼｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄﾞｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾅﾙ 中華ｽｰﾌﾟ (六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓﾝﾄﾞﾝｼﾞﾝｼﾞﾝ (ｷｯｷﾞｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ (ﾌﾞﾙｰ ﾈｽﾞ ﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾁｯﾌﾟｽ ﾜｰ ﾅｽﾞ ﾟﾝ 味噌汁(ｶﾗﾝ)・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」 「利用してみたいな」 など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

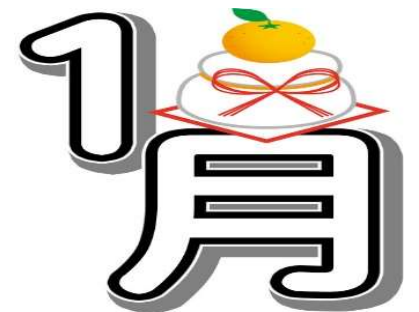


かすみがうら市坂933-1
029 (840) 9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることが出来ますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾓﾝｽﾞｰﾌﾞ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟｽ ﾏﾝﾄﾞ ﾅｽﾞの田舎煮 ゴｰﺻﺎｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓﾝｽﾞｰﾌﾞ(ﾓｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯﾄﾞ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

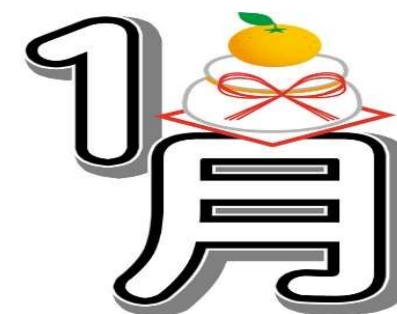
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

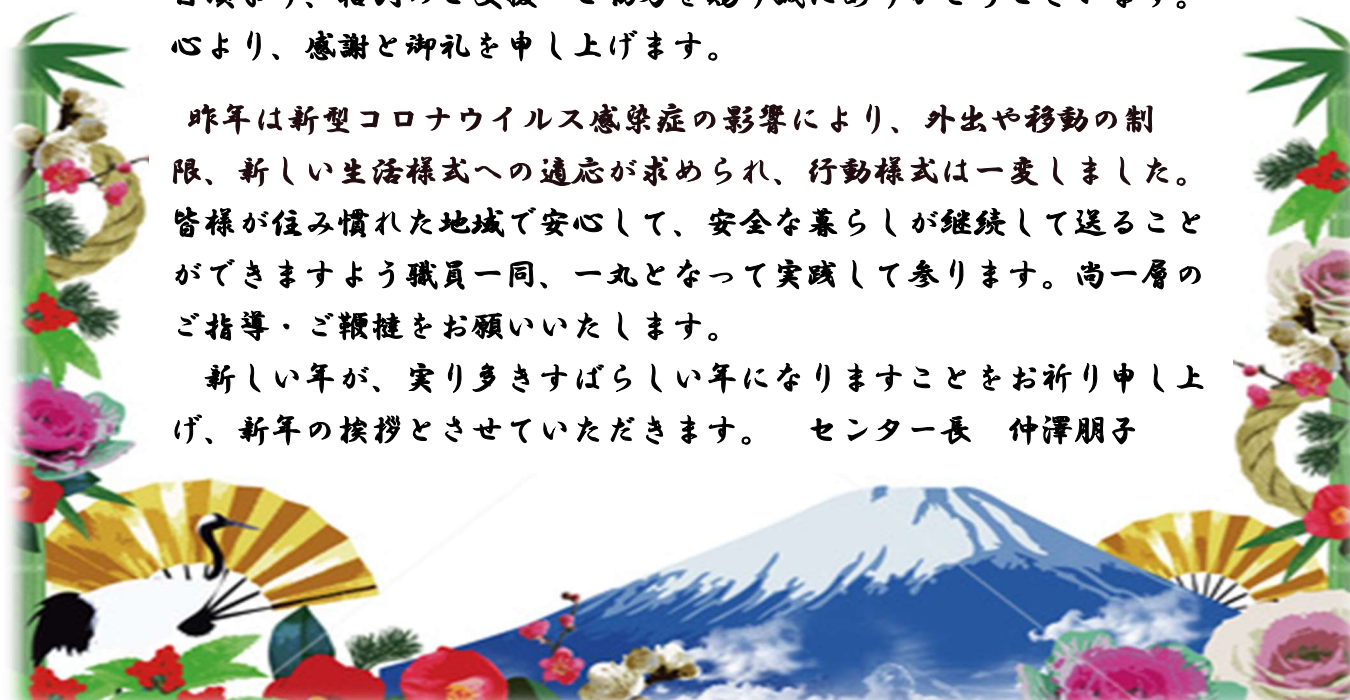


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ ﾅｽﾞの田舎煮 ﾃﾞｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ (ｷｯｸｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾙｰ ﾏﾞﾙ ﾏﾞﾙ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

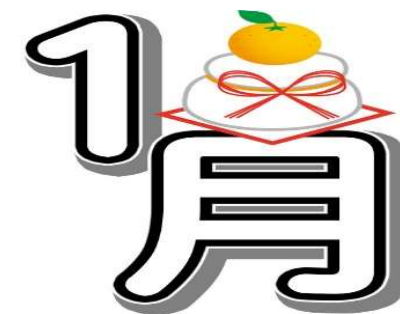


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることが出来ますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯﾌﾟ ﾞ和え なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄｹｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

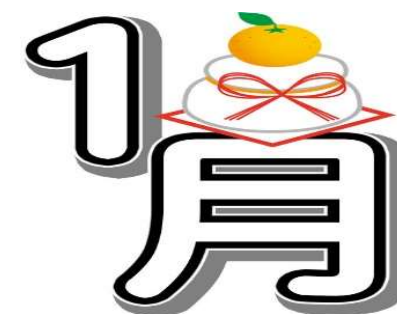
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

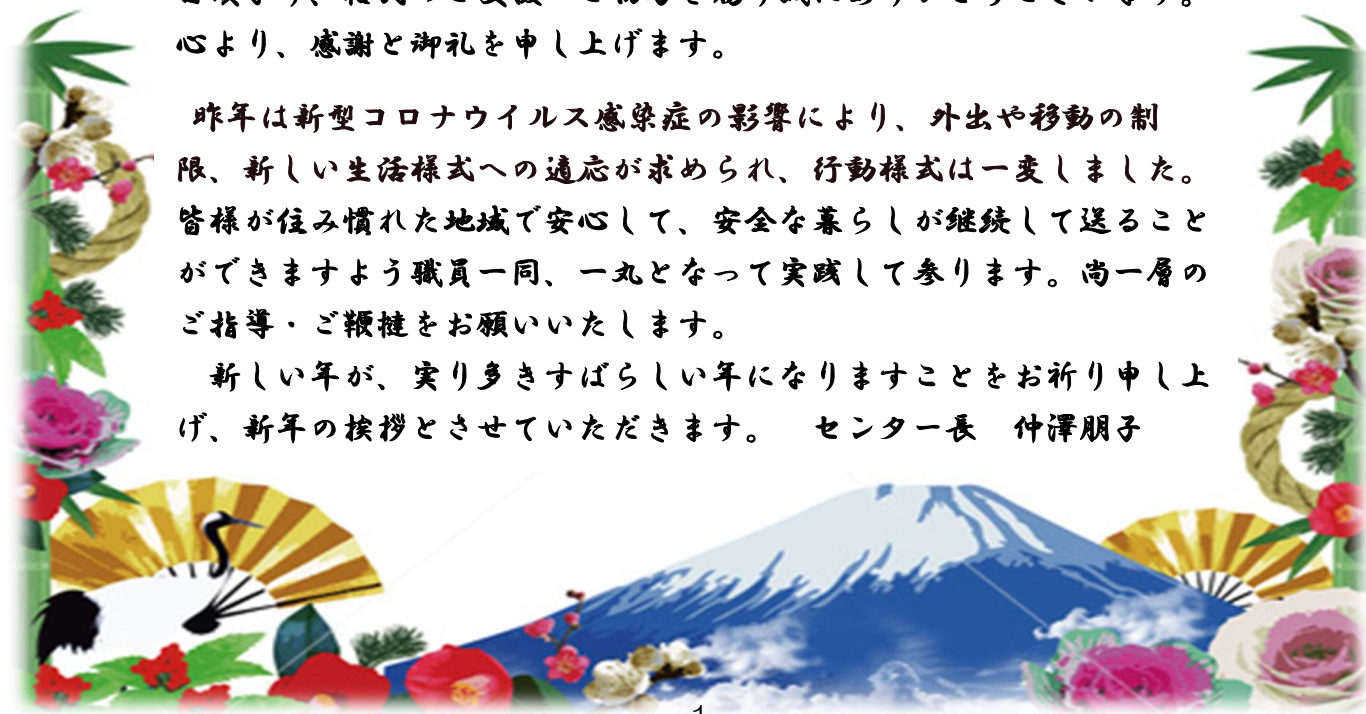


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟｽ ﾏﾝﾄﾞ ﾅｽﾞの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



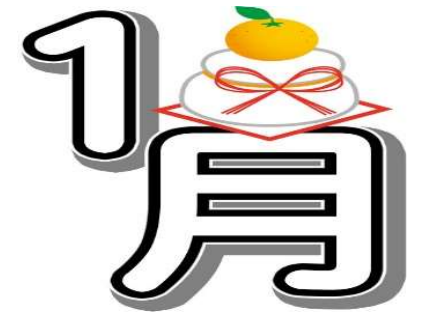
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

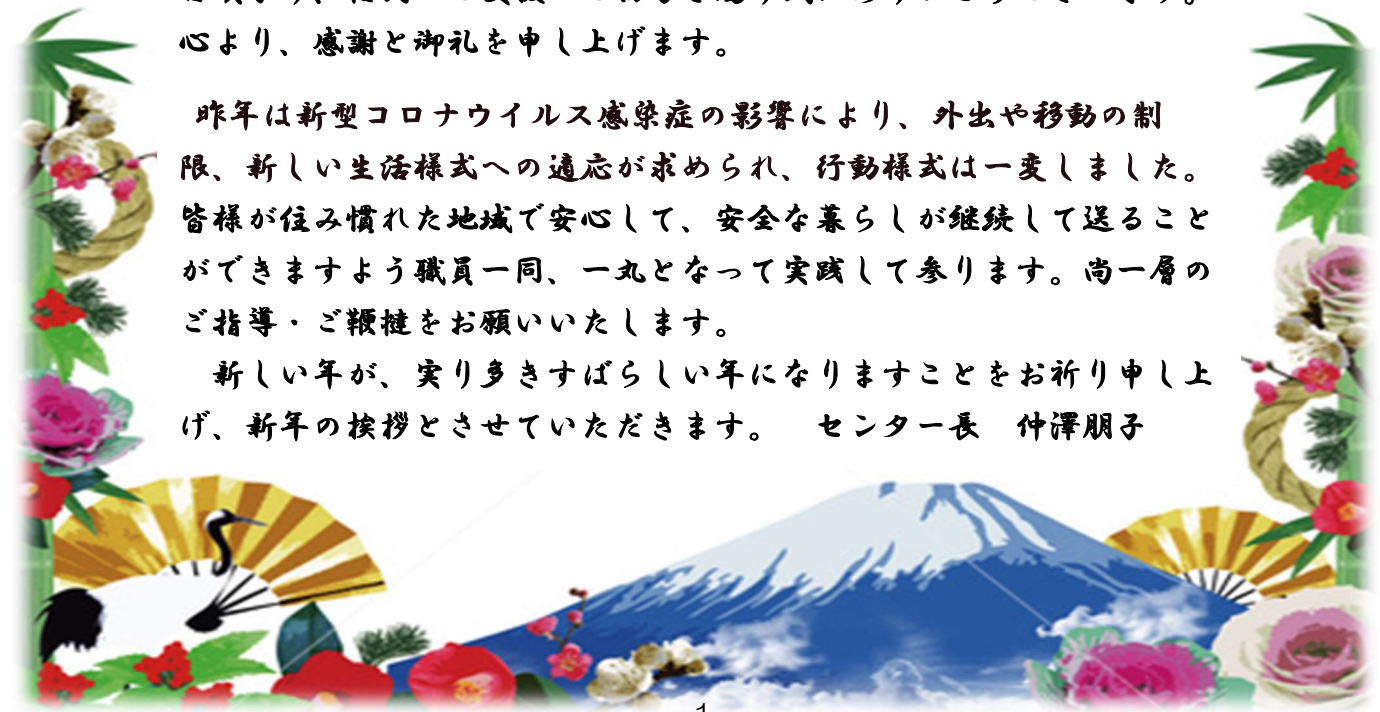


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚トマト焼き さつま芋レコ煮 フルチカラ コッスルアップ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬物 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 チョココロ和え なすの田舎煮 ザーサイ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼きじゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい 丸中華入アップ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト コッスルアップ(ホットケーキ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華入アップ(チーズ入蒸しパン) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ピーナツ和え 豚汁(加圧・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL 840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



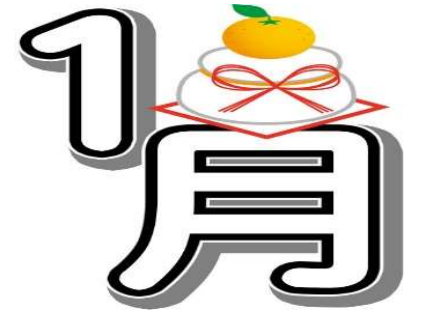
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

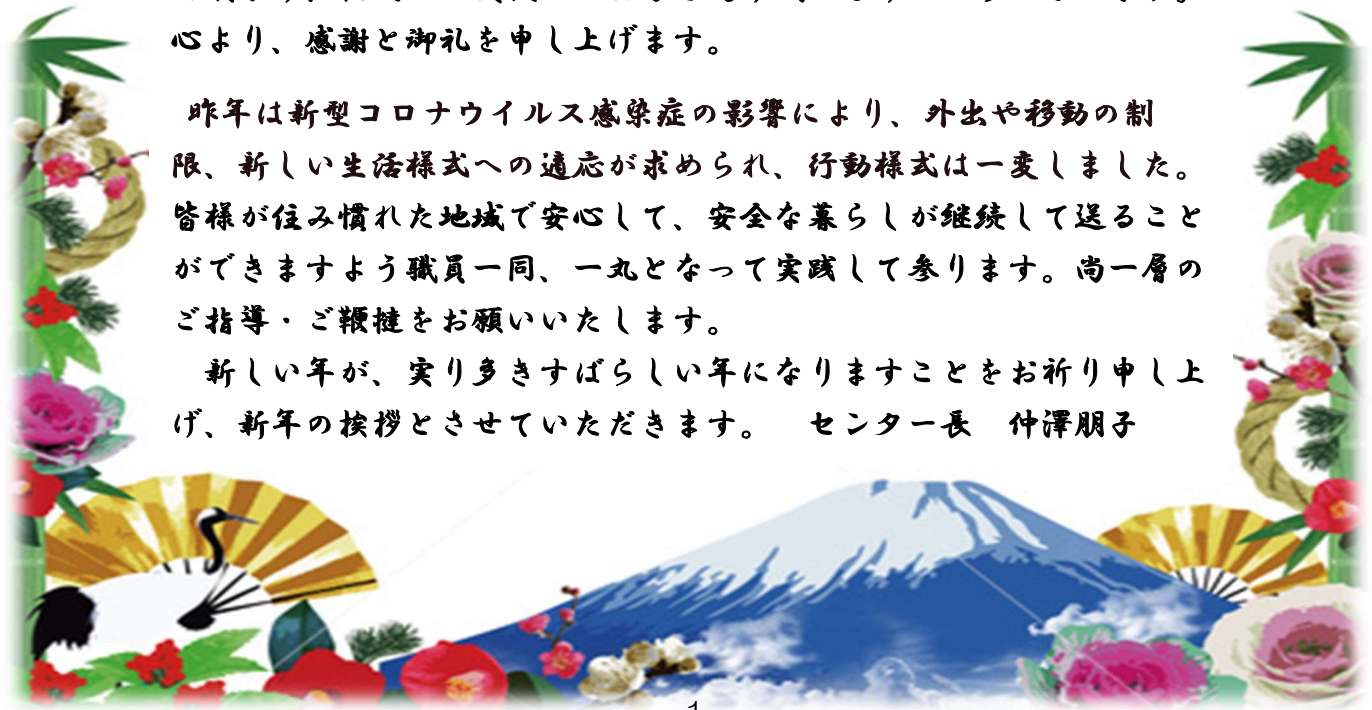


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えることとお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-----------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつまいも煮 ﾏﾝﾏｶﾞ ﾓｯｽﾞｰﾌ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁 (焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁 (煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁 (クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾃｯﾂ ﾏ和入 なすの田舎煮 ゴーサイ和え 味噌汁 (煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁 (ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁 (煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁 (イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ㊗ 中華ｽｰﾌ (六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁 (蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁 (饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓｯｽﾞｰﾌ (ｷｯｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁 (煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物 (クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁 (ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌ (ﾃﾞｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁 (ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾞｰﾂ和え 豚汁 (ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁 (煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁 (チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

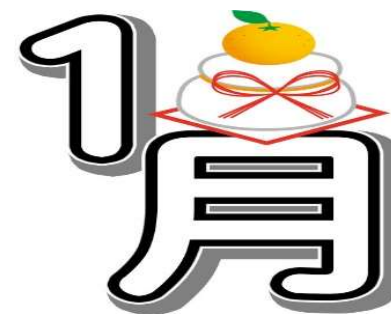
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

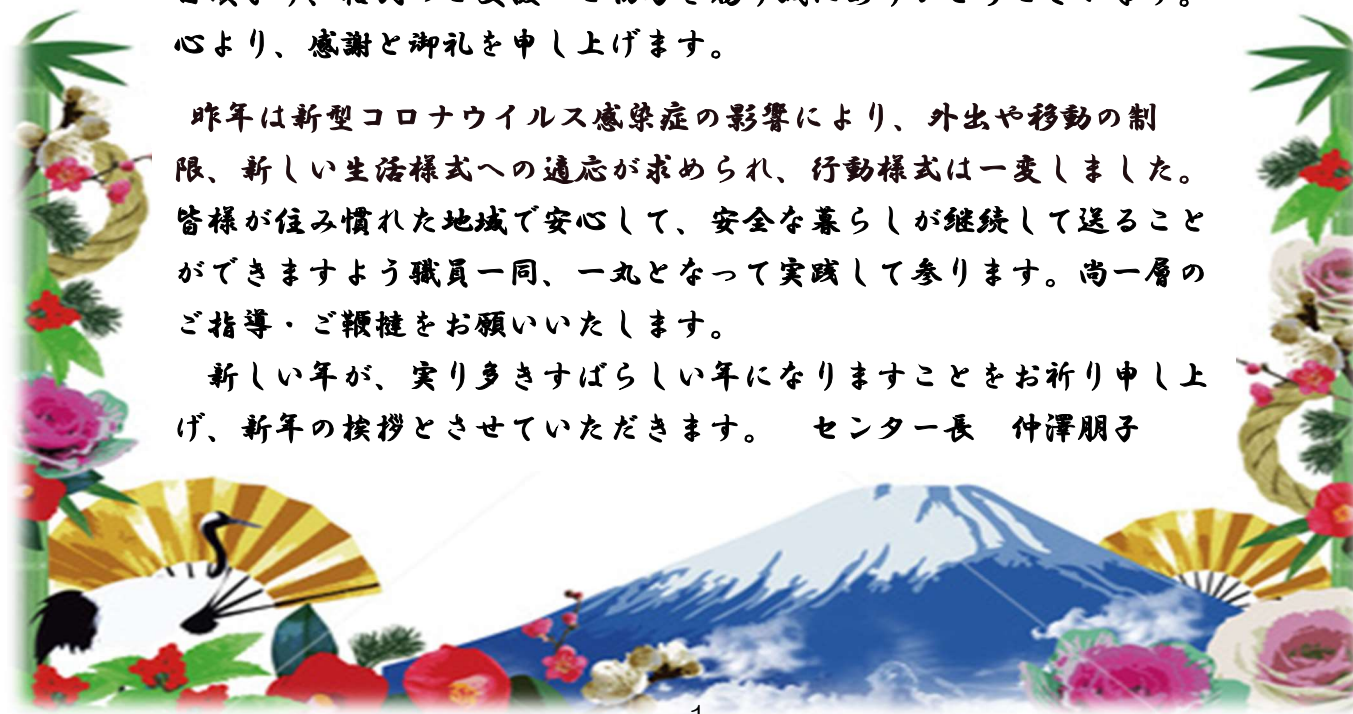


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることが出来ますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾋﾞｼﾞ煮 ﾂﾝｼﾞﾝ ﾂﾝｼﾞﾝ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯｼﾞ 和え なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾂﾝｼﾞﾝ (ﾎｯｸﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾙｰ ﾀﾝ ﾍﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾞｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



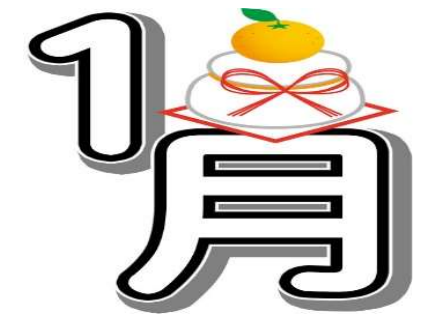
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

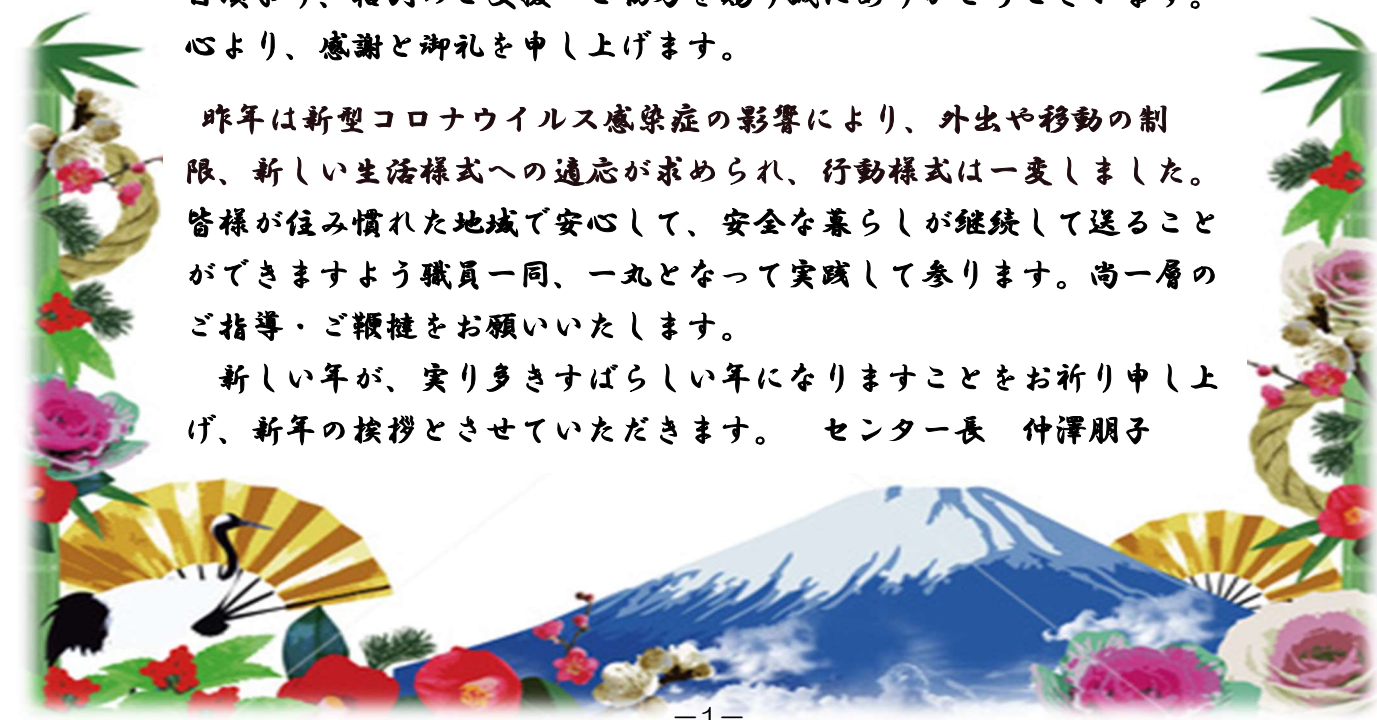
2021年



あけましておめでとうございます。
皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾓｯｽﾙｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞﾖｰ ﾏｰ ﾅｽの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓｯｽﾙｰﾌﾟ (ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL 840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



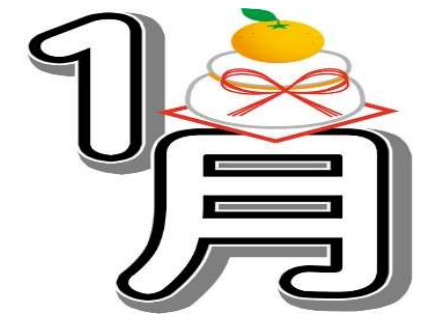
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

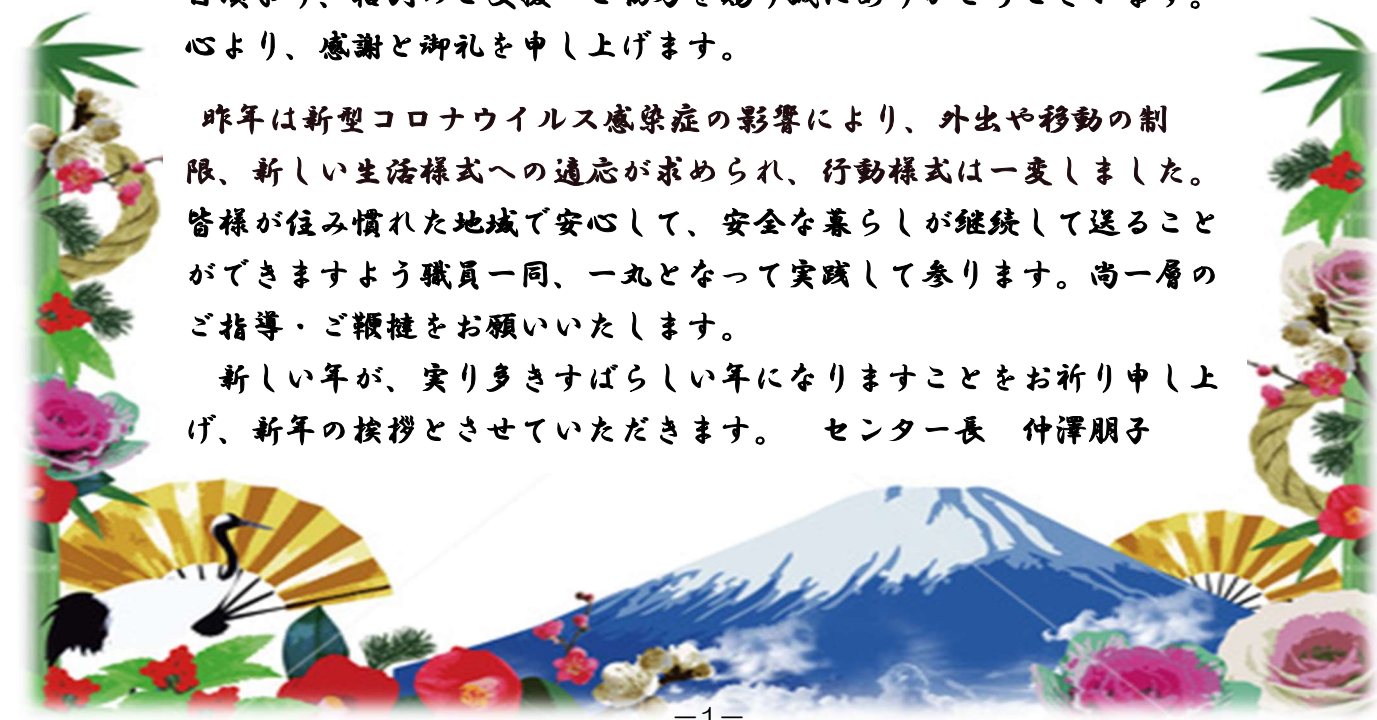
2021年



あけましておめでとうございます。
皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることが出来ますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾄﾞﾝｺﾞ 煮 ﾏﾝﾌﾞﾗｶﾞ ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟ ﾏｲﾎﾟ ﾅｽﾞの田舎煮 ゼｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾓﾝﾌﾞﾙｰﾌﾟ(ﾎｯﾁｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

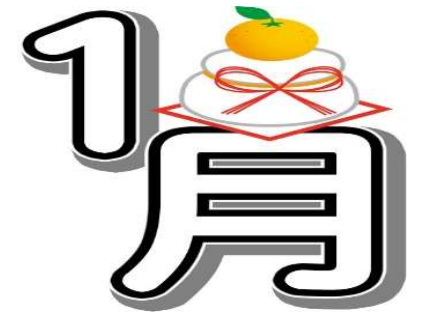


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

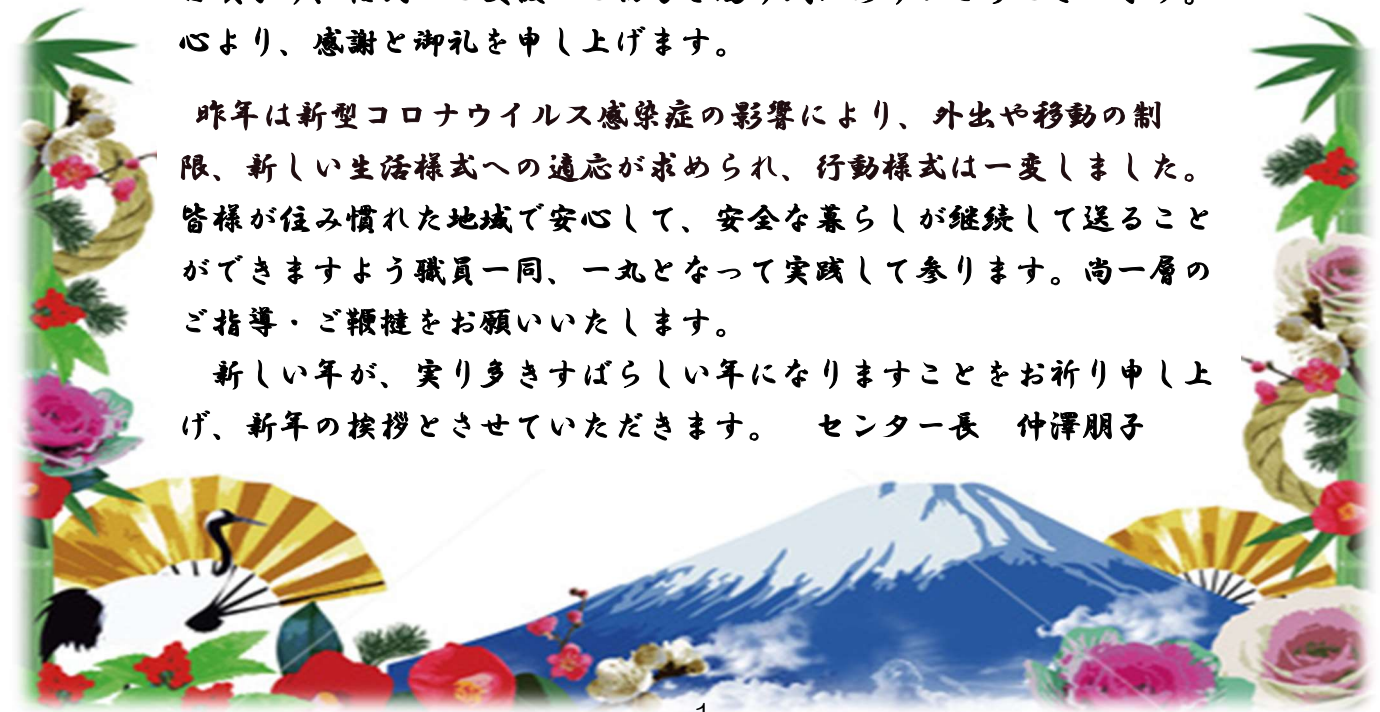


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟｽ ﾏﾝﾄﾞ ﾅｽﾞの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



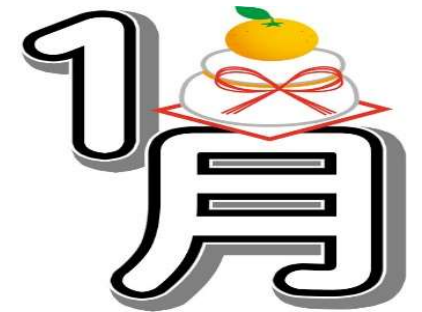
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

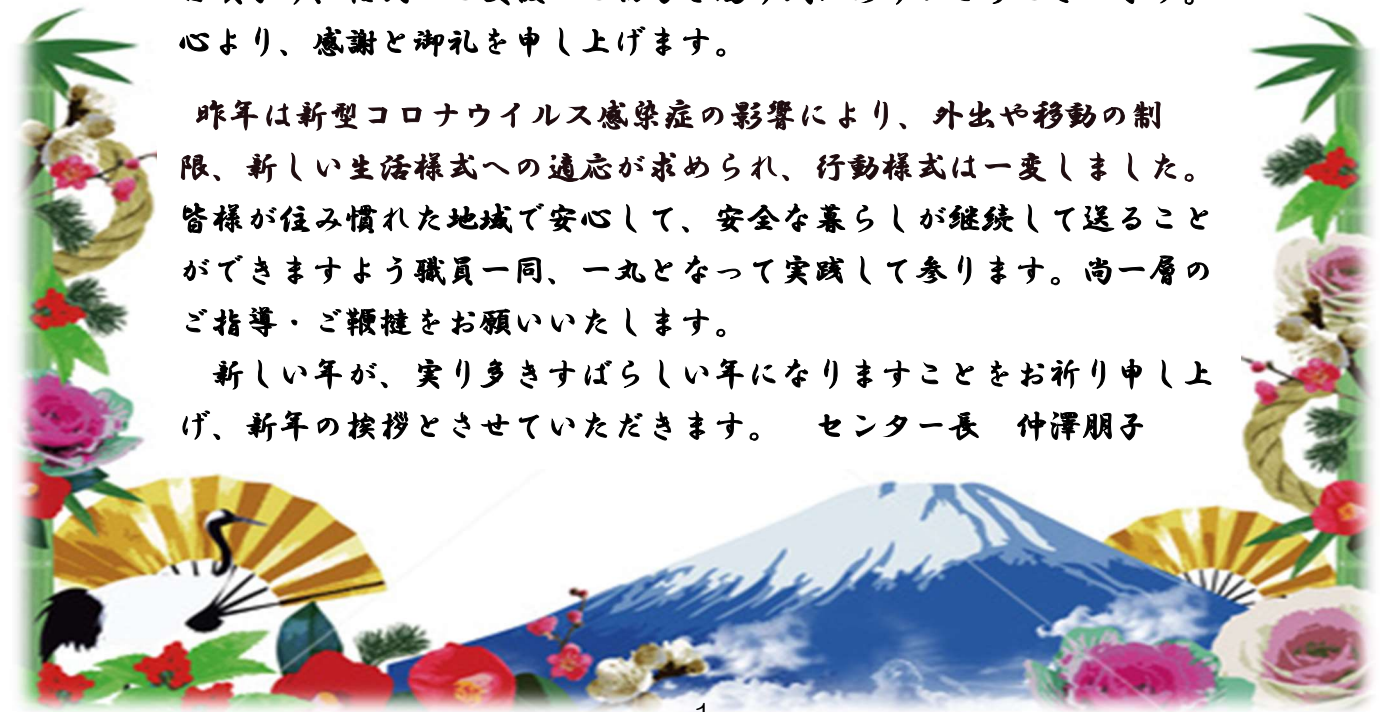


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾋﾟﾝｺﾞ 煮 ﾏﾝﾌﾟﾁｶﾞ ﾕｯﾌﾞｽｰﾌﾟ (ゼﾘｰ) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾃｯﾌﾟ ﾔ和-ｽ なすの田舎煮 ゴｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾈﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯﾌﾞｽｰﾌﾟ (ﾈｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾃﾞｽﾞ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(Tel 840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



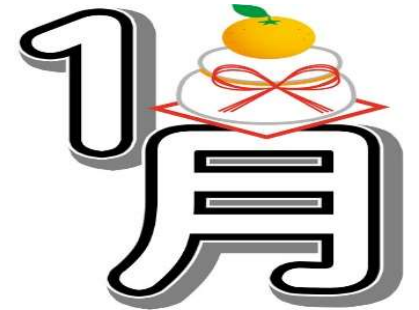
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

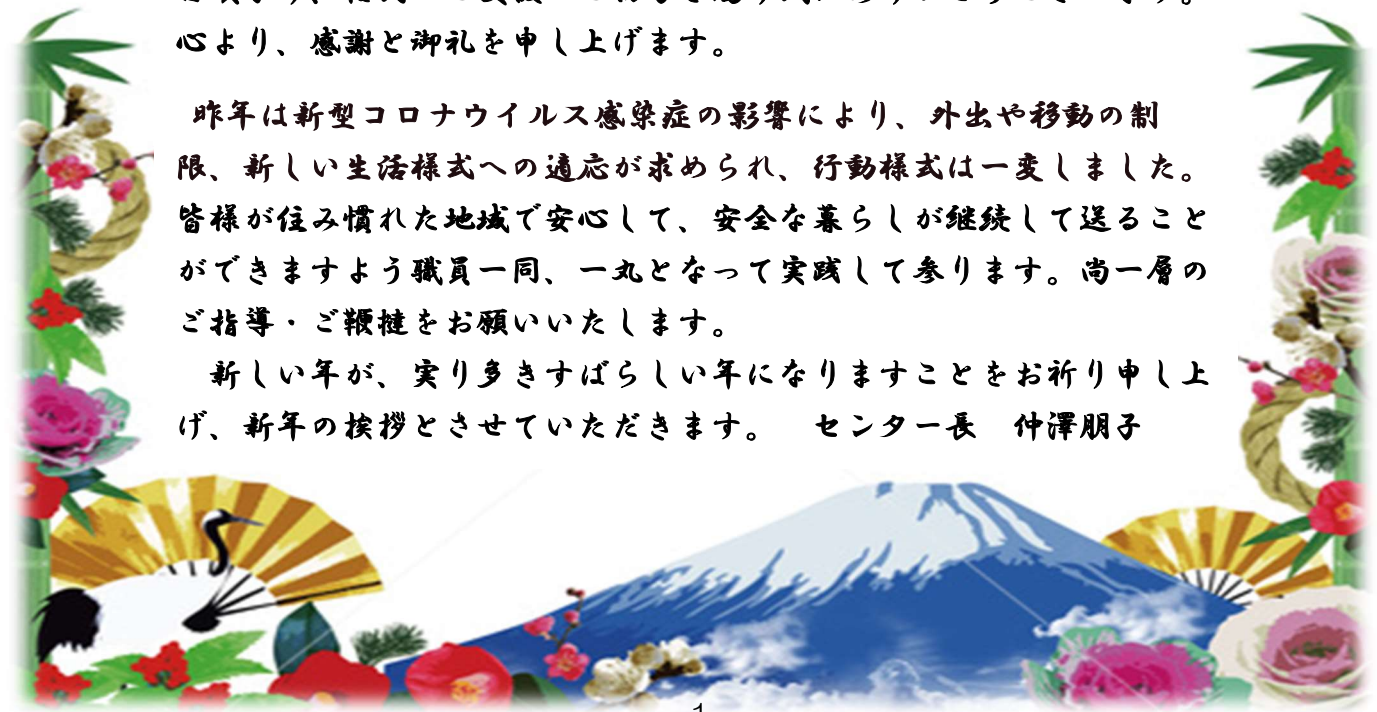


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝｼﾞﾝｸﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏｰﾄﾞ ﾅｽﾞの田舎煮 ザｰﺻﺎｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯｸﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き ﾅｽﾞの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

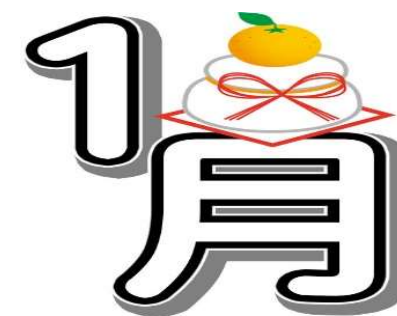
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

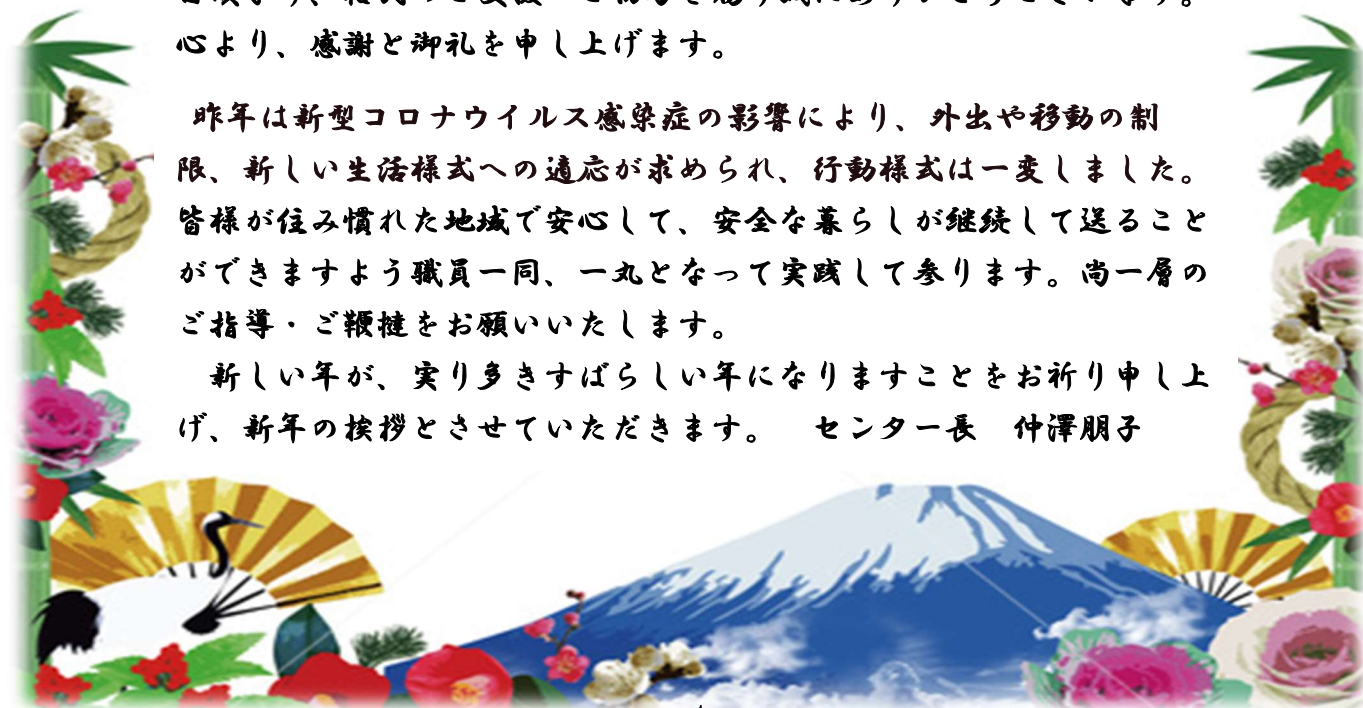


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯﾌﾟﾙ和え なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄｹｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



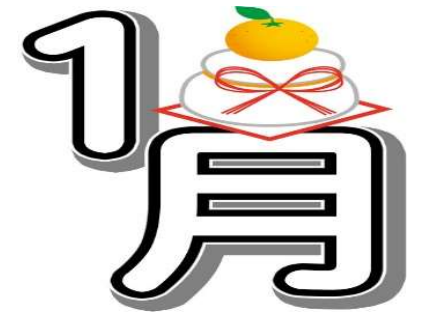
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

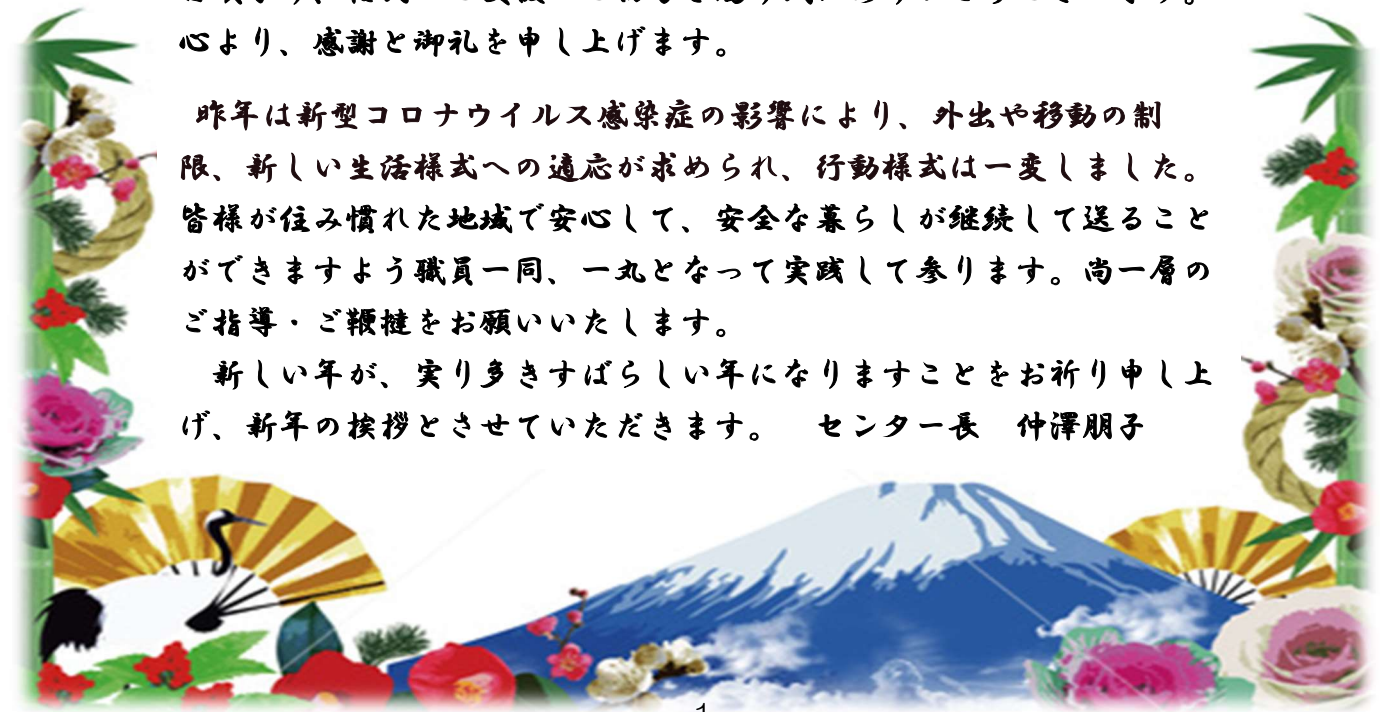


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾉﾝｼﾞﾝｸﾞ ﾉﾝｼﾞﾝｸﾞ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉﾝｼﾞﾝｸﾞ和え なすの田舎煮 ゼｰｻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾝｼﾞﾝｸﾞ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾉﾝｼﾞﾝｸﾞ (ｷｯｸｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾉﾝｼﾞﾝｸﾞ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

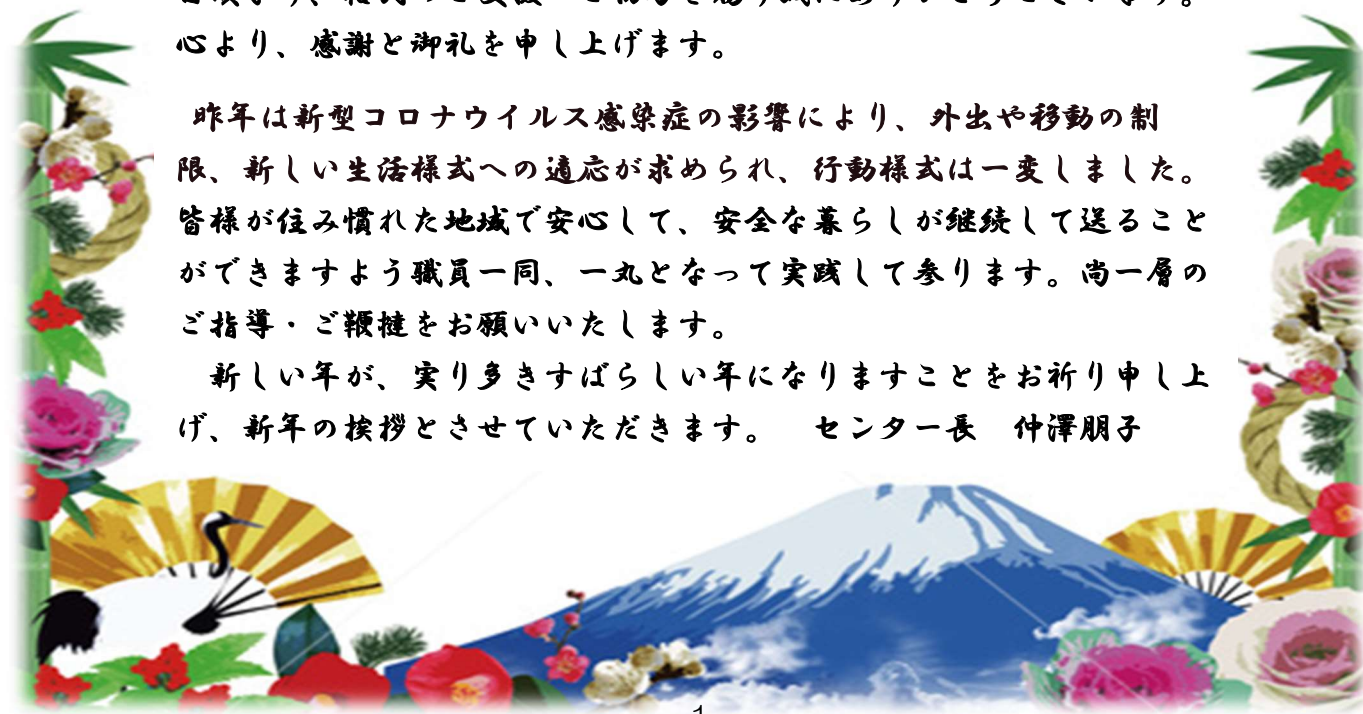


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-----------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚スタッド焼き さつまいも煮 豚ササガ コソムソフ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 チツヤ和え なすの田舎煮 ザーサイ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい 丸餅 中華スープ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト コソムソフ(ホットケーキ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華スープ(チーズ入蒸しパン) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ピーナズ和え 豚汁(カレー・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



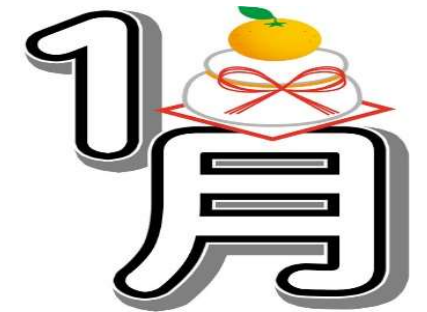
かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

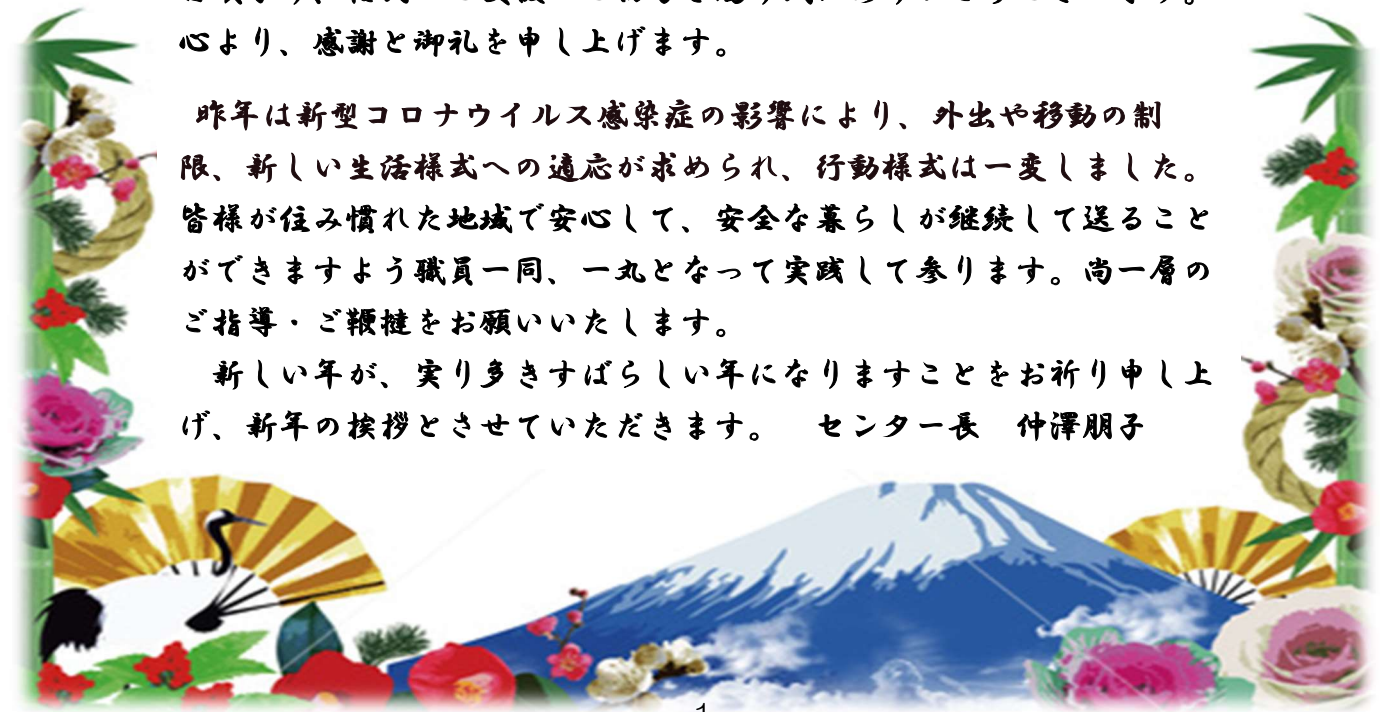


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏ和入 なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



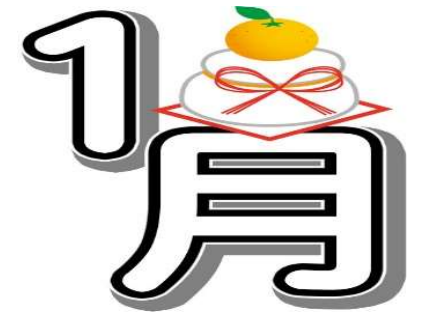
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

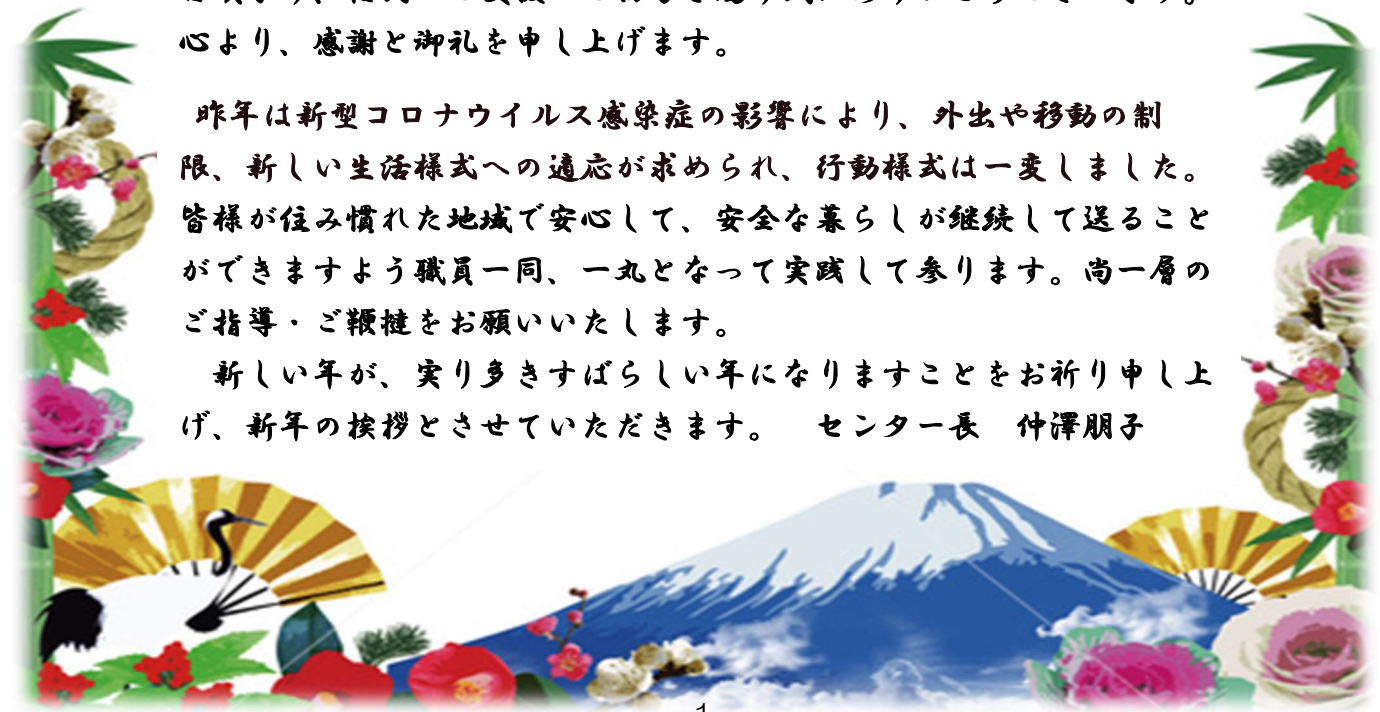


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021
HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯﾌﾟ ﾞ和え なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



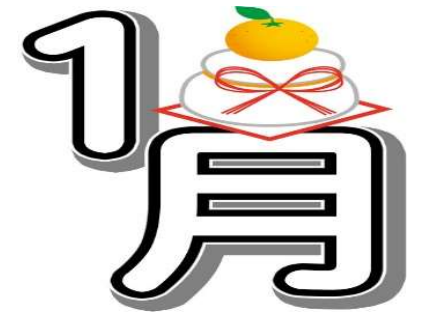
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

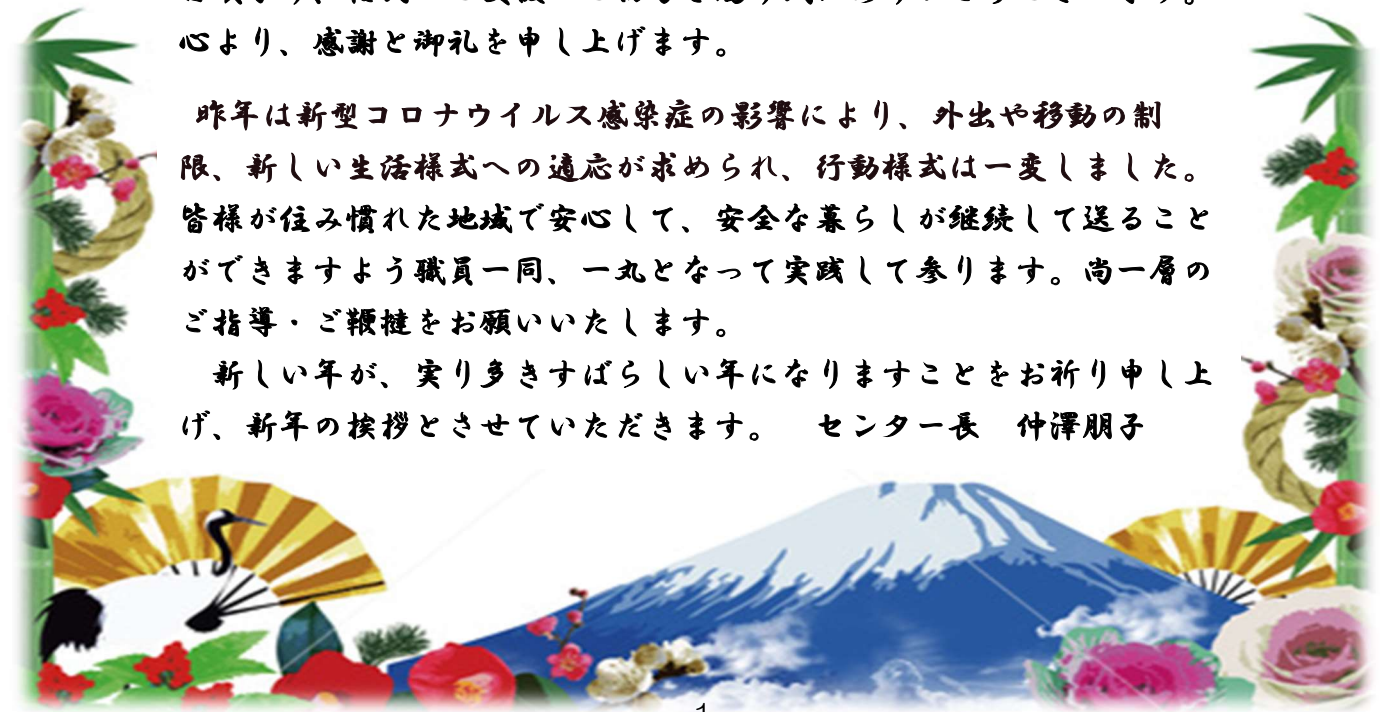


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|---------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｼﾞｰ 煮 ﾚﾝｼﾞﾝｸﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁 (焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁 (煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁 (クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾕｯｼﾞﾏ和え なのの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁 (煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁 (ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁 (煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁 (イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾀﾙ 中華ｽｰﾌﾟ (六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁 (蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁 (饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ｷｯｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁 (煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物 (クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁 (ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ (ﾌﾞﾗﾝｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁 (ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なのの田舎煮 ﾋﾟｰｯｼﾞ和え 豚汁 (ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁 (煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁 (チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



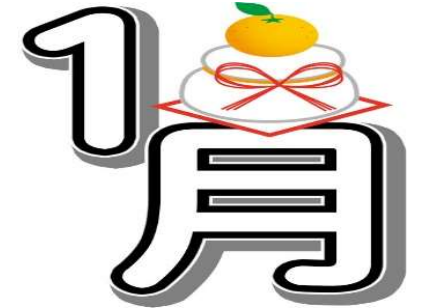
かすみがうら市坂933-1
029 (840) 9195
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年

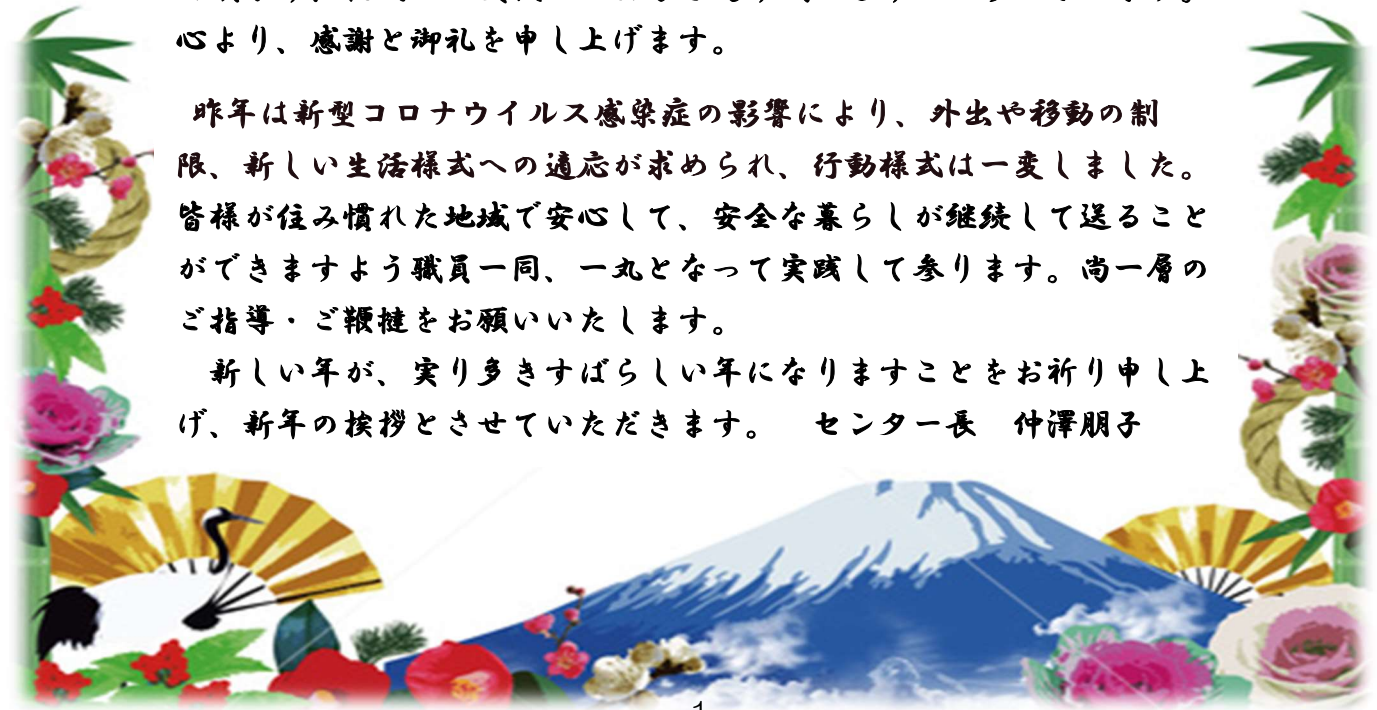


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏﾝﾄﾞ 和え なすの田舎煮 ザｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

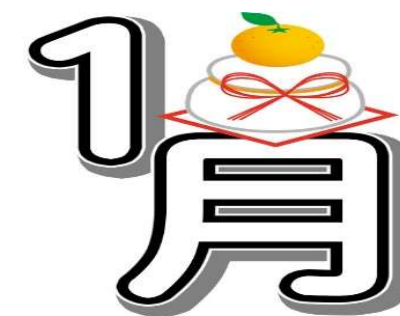
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定

1/1~1/3 年始休み

1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ 煮 ﾉﾝｼﾞﾅｶﾞ ﾄｼﾏｽﾞｰﾌﾞ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉﾝｼﾞ ﾔ和え なすの田舎煮 ゴｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾙ 中華ｽｰﾌﾞ (六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーッとヨーグルト ﾄｼﾏｽﾞｰﾌﾞ (ﾁｯｸﾝｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾞ (ﾌﾞﾚｯﾄﾞ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

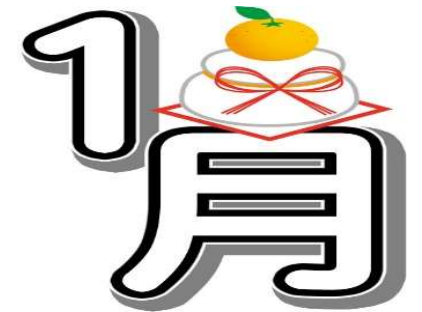


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

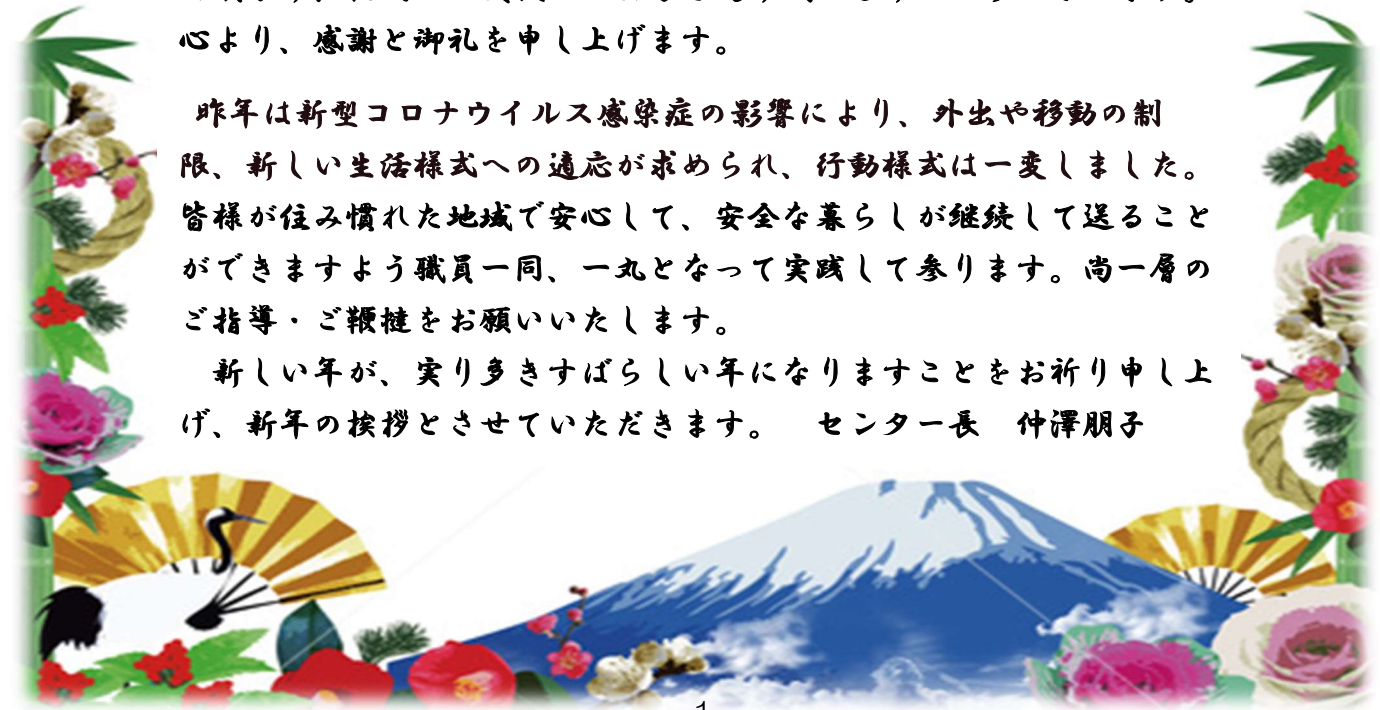


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾁｯﾌﾟ ﾏﾈ ﾏﾈ 和え なすの田舎煮 ザｰﺻﺎｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯﾌﾟﾙｽｰﾌﾟ (ﾎｯｸﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗｰ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」 「利用してみたいな」 など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



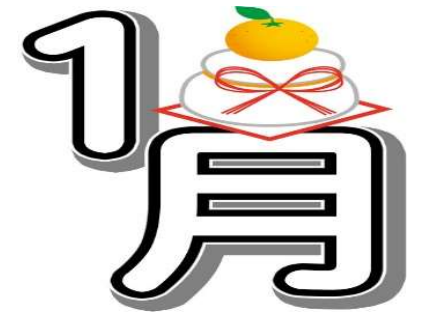
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

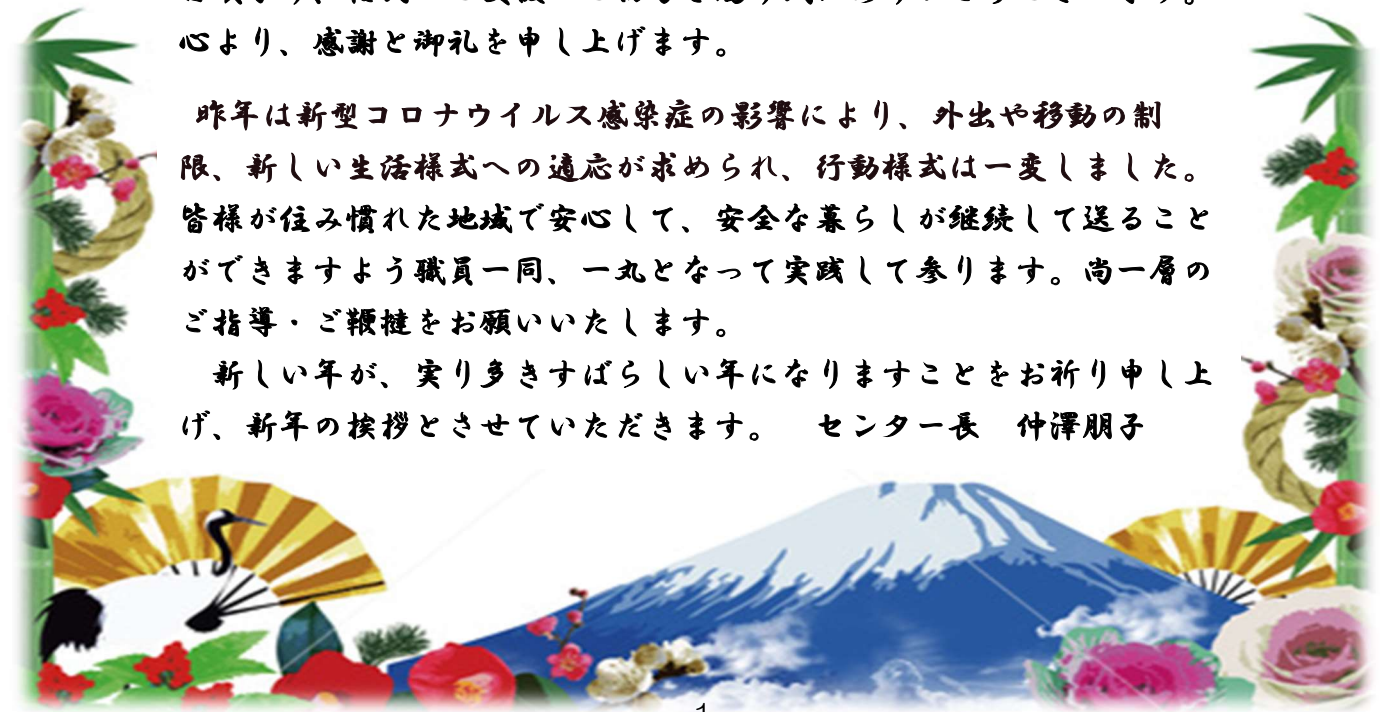


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾗｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾕｯｼﾞﾏ和え なすの田舎煮 ザｰｻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾏﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄﾞｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾌﾞﾗｽ 入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



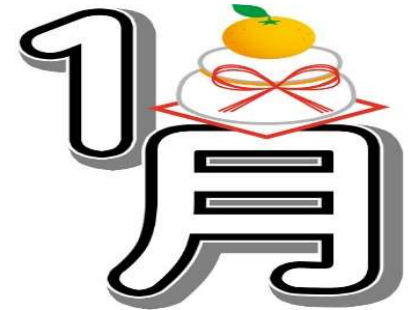
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年

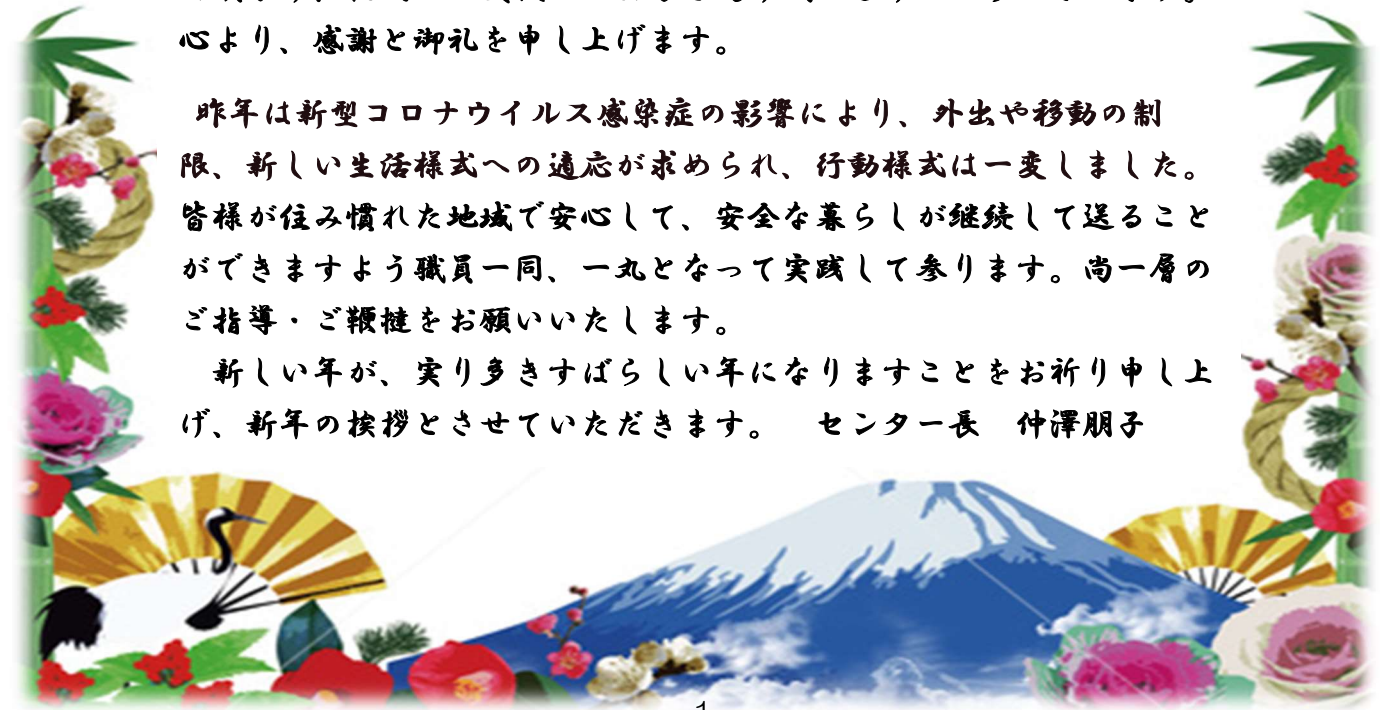


あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



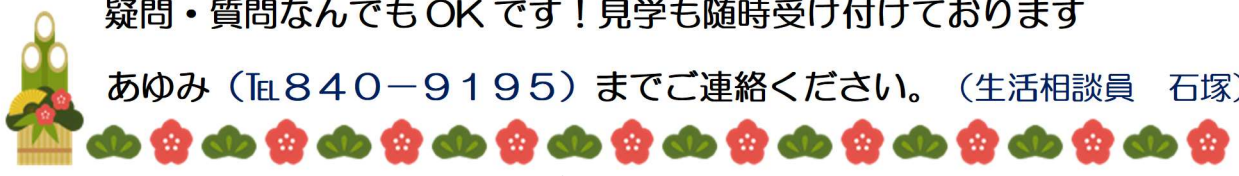
1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾍﾞﾝｺﾞ煮 ﾏﾝﾌﾟﾁｶﾞ ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏｲﾜ ﾅｽの田舎煮 ゴｰﺻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ドーナツ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｽﾞｽｰﾌﾟ(ｷｯｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾞｰﾅｯｼﾞ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに？」 「利用してみたいな」 など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)

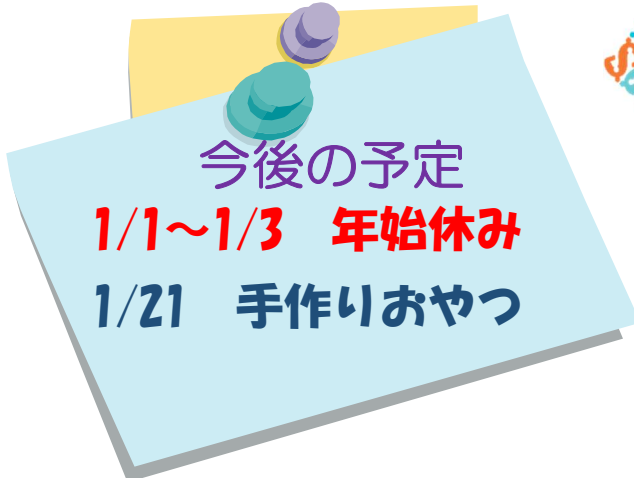


デイサービスセンターあゆみ

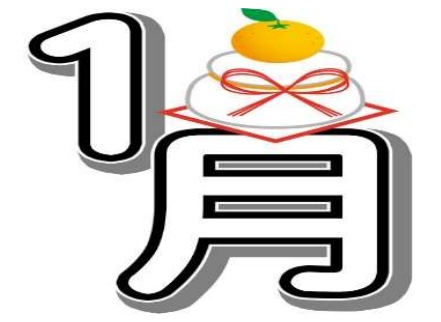


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子



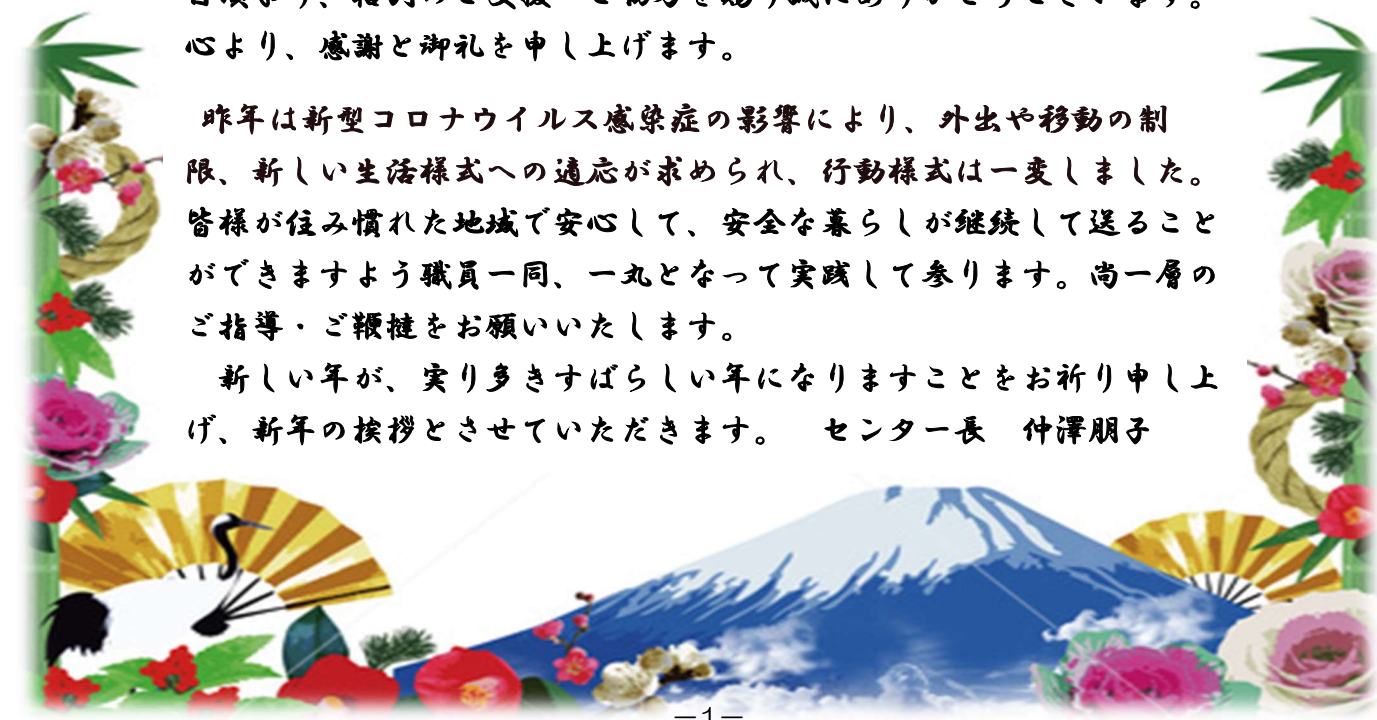
2021年



あけましておめでとうございます。
皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることが出来ますよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|-------------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつま芋ﾋﾞｼﾞ煮 ﾑﾝｼﾞｻﾞｸﾞ ﾕｯｼﾞｽｰﾌﾟ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾏ和入 なすの田舎煮 ザｰｻｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ﾉﾙ 中華ｽｰﾌﾟ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト ﾕｯｼﾞｽｰﾌﾟ(ﾎｯﾄｹｰｷ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁｰｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋﾟｰﾅｯ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております

あゆみ(TEL840-9195)までご連絡ください。(生活相談員 石塚)



あゆみだより



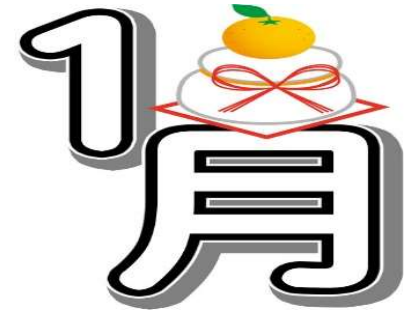
デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195
発行責任者:仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子



12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR! 今年もよろしくお祈りします 丑



1月の献立表

| 日 | 曜 | 献立 | カロリー | 塩分 |
|-----|---|--------------------------------------------|---------|------|
| 4日 | 月 | ご飯 赤魚ｽﾀｰﾄﾞ 焼き さつまいも煮 ｸﾝｽﾞﾗｸﾞ ｺﾝｽﾞｰﾌﾞ (ゼリー) | 620kcal | 2.8g |
| 5日 | 火 | ご飯 鶏肉から揚げ 切干大根の炒め煮 ごま酢和え 味噌汁(焼き芋) | 696kcal | 3.1g |
| 6日 | 水 | ご飯 ぶり焼き漬け 刻み昆布の煮物 からし和え 味噌汁(煎餅) | 602kcal | 3.3g |
| 7日 | 木 | 七草粥 鯖さんが焼き 筑前煮 酢の物 すまし汁(クリームパン) | 699kcal | 3.5g |
| 8日 | 金 | ご飯 ﾉｯｼﾞ ﾘｰｽ ﾅｽﾞの田舎煮 ゴｰﺻﺎｲ和え 味噌汁(煎餅・六方焼) | 585kcal | 3.2g |
| 11日 | 月 | ご飯 鶏肉おろし醤油焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(ﾄｰﾅｯ) | 657kcal | 3.1g |
| 12日 | 火 | ご飯 鯖ごま味噌焼き じゃが芋そぼろ炒め ツナ和え すまし汁(煎餅) | 576kcal | 3.1g |
| 13日 | 水 | ソースメンチカツ丼 ひじきれんこん 浅漬け 味噌汁(イチゴプリン) | 636kcal | 3.5g |
| 14日 | 木 | ご飯 中華五目炒め 海老しゅうまい ｶﾙ 中華ｽｰﾌﾞ(六方焼・煎餅) | 562kcal | 3.8g |
| 15日 | 金 | 小豆粥 赤魚幽庵焼き 炊き合わせ ごま和え けんちん汁(蒸しパン) | 686kcal | 3.6g |
| 18日 | 月 | ご飯 白身魚フライ ひじきの煮物 柚香和え 味噌汁(饅頭) | 683kcal | 3.1g |
| 19日 | 火 | チキンカレー ツナサラダ フルーッとヨーグルト ｺﾝｽﾞｰﾌﾞ (ｷｯｷｰ・煎餅) | 706kcal | 3.8g |
| 20日 | 水 | ご飯 さば磯香焼き かぼちゃそぼろ煮 生姜和え 味噌汁(煎餅) | 700kcal | 3.1g |
| 21日 | 木 | ゆかり御飯 おでん ささみ和え 漬物(クリームコロン) | 672kcal | 3.5g |
| 22日 | 金 | ご飯 和風ハンバーグ 卵の花 ごま酢和え 味噌汁(ゼリー) | 586kcal | 3.5g |
| 25日 | 月 | あんかけ焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾞ(ﾌﾞﾗﾝｽﾞ入蒸しﾊﾟﾝ) | 764kcal | 4.1g |
| 26日 | 火 | ご飯 さば酢醤油焼き 刻み昆布の煮物 わさび和え 味噌汁(ゼリー) | 663kcal | 3.6g |
| 27日 | 水 | ご飯 さわらごま醤油焼き なすの田舎煮 ﾋｰﾄﾞ和え 豚汁(ｶﾗﾗ・煎餅) | 624kcal | 2.6g |
| 28日 | 木 | ご飯 チキン南蛮 ふきの信田煮 からし和え 味噌汁(煎餅) | 745kcal | 3.0g |
| 29日 | 金 | ねぎとろ丼 きんぴらごぼう 浅漬け 味噌汁(チョコパン) | 615kcal | 3.4g |

あゆみだより



デイサービスセンターあゆみ

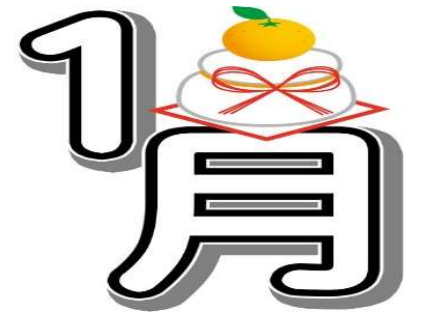


かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定
1/1~1/3 年始休み
1/21 手作りおやつ

2021年



あけましておめでとうございます。

皆様にはすがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。
日頃より、格別のご支援・ご協力を賜り誠にありがとうございます。
心より、感謝と御礼を申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、外出や移動の制限、新しい生活様式への適応が求められ、行動様式は一変しました。
皆様が住み慣れた地域で安心して、安全な暮らしが継続して送ることができるよう職員一同、一丸となって実践して参ります。尚一層のご指導・ご鞭撻をお願いいたします。

新しい年が、実り多きすばらしい年になりますことをお祈り申し上げます。
新年の挨拶とさせていただきます。 センター長 仲澤朋子

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など

疑問・質問なんでもOKです！見学も随時受け付けております

あゆみ (TEL 840-9195) までご連絡ください。(生活相談員 石塚)

12/25(金)忘年会を行いました。



☆お茶とお菓子で一年を振り返りみんなと盛り上がりました。



職員による歌謡ショー

乾杯のあいさつ 菅澤民夫様

2021 HAPPY NEW YEAR!
今年もよろしくお祈りします 丑

