



緑寿会

デイだより

社会福祉法人 緑寿会

京都市日ノ岡老人デイサービスセンター

〒607-8493 京都市山科区日ノ岡朝田町 50-7

TEL: 595-5940 FAX: 582-6087

ホームページアドレス: <http://ryokujukai.com>

Eメールアドレス: hinooka@ryokujukai.com

7月のデイサービス



『七夕寸劇』

『カップポン』



『えらべるレク・アクティビティ(運動)』

『えらべるレク・手工芸』



⑧月のレクリエーション

園芸日記

日程	内容
7/29~3日	カンつみ 空き缶を何本積めるか。集中力が試されます!
5日~10日	納涼! 夏祭り 暑い夏をぶっ飛ばせ!
12日~17日	ただいま考え中
19日~24日	えらべるレクリエーション 今月は何をしますか?
26日~31日	9月のカレンダーづくり 秋の気配は...まだまだかな?



こないだ産まれたメダカの赤ちゃんが、元気に成長しています。



夏野菜たちもすくすく育っています。キュウリやトマト、ピーマン収穫が楽しみです。

*レクリエーションは、都合により変更になる場合がございます。



8月のお昼ごはん



	月	火	水	木	金	土
昼食						
デザート				揚げ魚の甘酢あんかけ ブロッコリーのごま和え 里芋の煮物 かき玉汁 ご飯 白玉みつ豆	肉じゃが しろ菜ともやしのお浸し 切干大根とベーコンの炒め煮 味噌汁 菜飯 白玉みつ豆	かき揚げうどん ゴーヤチャンプルー 白菜と揚げの柚子風味煮 ゆかりご飯 白玉みつ豆
デザート	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	夏祭り特別メニュー 鶏の唐揚げ・さや付き枝豆 野菜大豆煮 おにぎり オレンジ		夏祭り特別メニュー 揚げ茄子の生姜あんかけ 白菜と揚げの柚子風味煮 具だくさん汁 おにぎり メロン		夏祭り特別メニュー 冷やしそうめん 炊き合わせ オクラの湯葉和え スイカ	
デザート	日ノ岡デイ茶屋の甘味		日ノ岡デイ茶屋の甘味		日ノ岡デイ茶屋の甘味	
デザート	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	ふわとろオムライス コロック カリフラワーのサラダ コンソメスープ マンゴー缶	鯖の味噌煮 切干大根と青菜の煮物 南瓜とさつま芋のさんぴら すまし汁 ご飯	鮭散らし寿司 白菜の梅肉和え 南瓜のごま和え 赤だし	肉団子の酢豚風 チンゲン菜の炒め煮 なめこおろし 中華スープ ご飯	ホキのバター醤油焼き ほうれん草の海苔和え ひじきと枝豆のサラダ 味噌汁 ご飯	ハヤシライス 蒸し鶏根菜ごまサラダ コンソメスープ フルーツポンチ
デザート	牛乳寒天 いちごソースかけ	牛乳寒天 いちごソースかけ	牛乳寒天 いちごソースかけ	牛乳寒天 小倉ソースかけ	牛乳寒天 小倉ソースかけ	牛乳寒天 小倉ソースかけ
デザート	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	ほっけの塩焼き 小松菜お浸し 昆布豆 味噌汁 炊き込みご飯 抹茶アイスクリーム	照り焼き丼 もやしの中華和え きのこ青菜のバターソテー 味噌汁	豚肉の野菜巻き&ひじき入玉子焼き 彩り野菜と里芋の煮物 コンソメスープ ご飯 みかん缶	鮭のホイル焼き 大根の甘酢和え 白菜の信田煮 味噌汁 ご飯	チキンカレー ブロッコリーと玉子のマヨネーズ 野菜スープ 福神漬 ヨーグルト和え	白身魚のフライ ジャーマンポテト 白菜とほうれん草の和え物 玉子スープ ご飯
デザート	抹茶アイスクリーム	抹茶アイスクリーム	抹茶アイスクリーム	バニラアイスクリーム	バニラアイスクリーム	バニラアイスクリーム
デザート	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	おろしハンバーグ いんげんのおかか和え がんもの煮物 すまし汁 ご飯	なめこおろしそば いんげんごま和え かに風味たまご巻き わかめご飯	白身魚のムニエル さつま芋サラダ しろ菜としめじのソテー オニオンスープ ご飯	夏野菜カレー 煮し鶏とアスパラのパスタサラダ わかめスープ 福神漬 パン缶	鰻の南蛮漬 切干大根煮 焼き茄子の生姜和え 味噌汁 ご飯	筑前煮 きゅうりの酢の物 ひじき煮 味噌汁 枝豆ご飯
デザート	焼きドーナツ チョココ味と紅茶	焼きドーナツ チョココ味と紅茶	焼きドーナツ チョココ味と紅茶	焼きドーナツ 豆乳味と紅茶	焼きドーナツ 豆乳味と紅茶	焼きドーナツ 豆乳味と紅茶

お誕生日・ボランティア・地域交流



◆8月のお誕生日 ご紹介◆

- ①00 〇〇さん 大正11年8月11日生 97歳
- ②00 〇〇さん 大正11年8月14日生 97歳
- ③00 〇〇さん 大正13年8月16日生 95歳
- ④00 〇〇さん 大正13年8月17日生 95歳

「お誕生日おめでとうございます！」

- ⑤00 〇〇さん 昭和2年8月23日生 92歳
- ⑥00 〇〇さん 昭和9年8月15日生 85歳
- ⑦00 〇〇さん 昭和11年8月20日生 83歳



熱中症予防 4つのポイント!

- ①水分補給 ・のどが渇く前にこまめな水分補給
・汗をかいた時は塩分補給を忘れずに
- ②服装 ・吸汗・速乾素材の衣類でクールビズ!
・帽子や日傘で直射日光を防ぐ
- ③食事と休養 ・肉、魚、卵、大豆製品などのたんぱく質
で疲労回復
・野菜や海藻でビタミン・ミネラル補給
・睡眠・休養を十分にとる
- ④体づくり ・ウーキングやストレッチなどを習慣化
・日頃から暑さに負けない体づくりを

発行所 / 社会福祉法人 緑寿会
発行担当 / 京都市日ノ岡老人デイサービスセンター
発行責任者 / 日ノ岡デイサービスセンター 広報委員会
今村 英樹

相談・苦情受付連絡先
京都市山科区日ノ岡朝田町五十ノ七
京都市日ノ岡老人デイサービスセンター
(075) 595・5940

苦情解決責任者
センター長 今村 英樹

相談・苦情受付窓口
相談員 柿田 淳

「日ノ岡だより」 八月号