



デイだより

No.337

令和6年

5月1日発行

武蔵野市立高齢者総合センター デイサービスセンター

公益財団法人 武蔵野市福祉公社

TEL : 0422-51-2933 (直通)

FAX : 0422-51-1982 URL : <https://fukushikosha.jp/>



新しい仲間が入りました

🌸 センター長・看護師 方波見 美穂 (かたばみ みほ) 🌸

4月1日付でデイサービスセンター長に着任しました方波見と申します。変わった苗字ですが、これを機会にぜひ覚えていただけると嬉しいです。

「はじめまして…」と言いたところなのですが、3月までは1階で勤務しており行事の際には参加させていただいていましたので見たことがあると思った方もいるかもしれません。

そして実は、7年前まで、当デイサービスセンターで約15年間勤務をしておりましたので「ただいま！」の方が正しいかもしれません。久しぶりのデイサービスで皆さんと過ごせることの嬉しさと7年ぶりの不安でドキドキワクワクです。不慣れなこともあるかもしれませんが、どうぞよろしくお願い致します。



センターでは歌う塗り絵が大流行中！

左の写真はS様の作品です。

愉快地に鼻歌を歌いながらみなさま真剣

に取り組まれています😊

みんなの音楽会

ご利用者、ボランティア、職員、講師が参加したこの音楽会。
ボランティアによる二胡とハーモニカ演奏にうっとりしながら
曲を口ずさみ、職員と利用者の合奏や合唱では皆さま笑顔で大
応援をしてくださいました。全員参加の「東京ブギウギ」では
手作り歌詞カードを手に大合唱、職員によるラインダンスが会
場を盛り上げました。曲の最後にはY様が「どうもありがと
う」と一言。会場が拍手に包まれました。



苦情・相談窓口
センター長 方波見
51-2933

サービス向上のために、
お気軽にご連絡ください。

祝日営業のお知らせ

5/3(金)・5/4(土)・5/6(月)

通常通り営業致します。

5月プログラム

※プログラムは都合により変更になる場合がございます。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	憲法記念日(開所) はつらつ いきいき体操	みどりの日(開所) はつらつ いきいき体操
	音楽	レクリエーション 手芸	音楽 絵手紙	お楽しみ会 書道	美術 陶芸	ゲーム/工作
5	6	7	8	9	10	11
	振替休日(開所) はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操
	家族に感謝週間					
12	13	14	15	16	17	18
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操
	音楽	レクリエーション 手芸	音楽 絵手紙	お楽しみ会 書道	美術 陶芸	ゲーム/工作
19	20	21	22	23	24	25
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操
	音楽	レクリエーション 手芸	音楽 絵手紙	ラフターヨガ 書道	美術 陶芸	ゲーム/工作
26	27	28	29	30	31	
	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	はつらつ いきいき体操	
	音楽	レクリエーション 手芸	音楽 絵手紙	お楽しみ会 書道	美術 陶芸	



※ ペン習字・手芸・絵手紙・書道・陶芸は材料費がかかります。

※ 5/3(金)・5/4(土)・5/6(月) 祝日営業致します。

見学はいつでも受け付けておりますので、お気軽にご連絡ください。

デイサービスセンター
0422-51-2933

2024年5月

奉定献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>郷土-大阪府【かやく飯】 かやく飯のかやくは「加菜三具材」のことで、大阪府堺市の前約精神から生まれた郷土料理です。細かく刻んだごぼう、にんじん、油揚げなどを調味料と一緒に炊いた炊込みごはんを、菜菔油も高く冷めても美味いいため、今では駅弁としても販売されています。 炭水化物・たんぱく質・脂質・ビタミン・ミネラル・食物繊維と体力をつけて体の生理機能を正常に保つ成分がバランスよく取れる炊込みごはんです。</p>	<p>1 ハナハ菜 炊き込み御飯 すまし汁 ほっけの味噌マヨ焼 大根の煮物 錦和え フルーツ クレープ</p>	<p>2 親子丼 具だくさん味噌汁 しそ和え きな粉ヨーグルト</p>	<p>3 ごはん 味噌汁 白身魚のアライ ポテトサラダ フルーツ</p>	<p>4 ごはん 中華たまごスープ 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル フルーツ</p>	<p>520 kcal 23.0 g 蛋白 2.1 g 塩分</p>
<p>6 ごはん 味噌汁 さばの塩焼き 絹揚げの炒め物 コーンマヨ和え フルーツ チョコカスターラ</p>	<p>7 ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼 じゃが芋の甘辛煮 レモン酢和え フルーツ 珈琲ゼリー</p>	<p>8 ごはん 味噌汁 鶏肉のレモン焼き 人参しりしり おかか和え フルーツ クリームコンフェ</p>	<p>9 ごはん 豚汁 かれいのみぞれ煮 冬瓜の生姜あん 柚子漬け フルーツ 水羊羹</p>	<p>10 ごはん 味噌汁 豚肉の和風ソース 炒り豆腐 浅漬け白菜 フルーツ ロールケーキ</p>	<p>516 kcal 23.6 g 蛋白 2.8 g 塩分</p>
<p>13 母の日 ごはん すまし汁 天ぷら盛り合わせ 冷奴 フルーツ オレンジジャムケーキ</p>	<p>14 豚挽と野菜の中華炒め丼 味噌汁 南瓜の煮物 フルーツ あずき寒天</p>	<p>15 ごはん ぐず豆腐の生姜スープ あじの甘酢あんかけ 里いもの味噌がけ もやしの和え物 フルーツ シューアイス</p>	<p>16 豚玉丼 味噌汁 絹揚げの煮物 フルーツ プリン</p>	<p>17 ごはん 味噌汁 白身魚のタルタル焼 大豆とひじきの煮物 大根サラダ フルーツ 酒饅頭</p>	<p>566 kcal 29.5 g 蛋白 3.2 g 塩分</p>
<p>20 挽肉野菜カレー スープ 和風サラダ バナナヨーグルト 杏仁豆腐</p>	<p>21 ごはん 味噌汁 かれいの煮付け 蒸しシューマイ 菜の花の胡麻和え フルーツ 薩摩芋おはぎ</p>	<p>22 ごはん 味噌汁 鶏肉の梅風味 ピーマンとじゃこ炒め うま塩きやべつ フルーツ どら焼</p>	<p>23 ごはん すまし汁 ほっけの胡麻味噌焼 豆腐のかにあんかけ もやしの三色和え フルーツ クレープ</p>	<p>24 鶏でり温玉丼 味噌汁 青しそ和え フルーツポンチ</p>	<p>518 kcal 23.4 g 蛋白 2.7 g 塩分</p>
<p>27 ごはん スープ ミックスフライ コールスローサラダ フルーツ 芋おしるこ</p>	<p>28 ごはん 味噌汁 鶏肉の野菜甘酢あん 里芋の煮物 白和え フルーツ クリームコンフェ</p>	<p>29 郷土-大阪府 かやく飯(大阪府) すまし汁 肉豆腐 塩こんぶ和え フルーツ クリームカスターラ</p>	<p>30 ごはん 味噌汁 鶏肉のゆず風味焼 金平ごぼう 中華酢和え フルーツ ババロア</p>	<p>31 ツナコーンピラフ 肉団子のプラーン汁 温野菜サラダ フルーツ ワッフル</p>	<p>586 kcal 17.3 g 蛋白 2.0 g 塩分</p>
					<p>25 ごはん 味噌汁 白身魚ステーキソース インゲンの炒め物 柚子漬け フルーツ 和菓子</p>

