

# デイだより

No.335

令和6年

3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)

URL :<https://fukushikosha.jp/>



「鬼は外～福は内！」



2月2日、節分前日に豆まきをし、無病息災を願いまし

た。鬼役の職員に「えいっ」と思いっきり投げる方、「可

哀想」と遠慮気味に投げる方、ご利用者それぞれが楽し

み、盛り上がりました。

鬼が逃げたあとは、今年の年女、辰年生まれM様とI様が

お福さんになり登場。「春ですよ～」と花びらを撒きなが

らフロアを回って下さいました。

最後は鬼も一緒に仲良く記念撮影をしました。



## 「お陰様で…」 川島 芳美

昨年、伯母が長きに亘り大切に供養してくれていた私の父と母のお位牌を自宅に持ってきました。

伯母も今年で90才！！母の50回忌を機に私の元で！と託してくれました。

朝に晩に手を合わせ月命日にもお墓参りをしお花は絶やさず話かけ語りかけ…

頂き物はまず供えてから、口癖は「守ってもらえるからな」と言っていました。

とは言え、私は伯母のようにはいかず💧

不思議なことにいつも寝付きが悪く、ぐっすり眠ることが出来なかった私…

やはり親子揃って安心したからでしょうか？その頃からすーっと眠りに付けるようになりました。

これも伯母や父や母のお陰様ですね。

今日はお花を買いにいこうと！！



## NEWS



### 高齢センに NEWFACE !!

見惚れる後藤職員



柴犬 ハチさん 2歳です。  
最近 朝に夕にデイの送迎のお見送りお出迎えをしてくれています。  
見かけている方もいらっしゃるかと思います。  
近くにお住まいで、丸まった尻尾を振りつつ近付いてくれる癒しの存在です。



ハチさん(2)



### 【お知らせ】

3月20日(水) 春分の日 通常通り営業致します。

# 3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
					はつらつ いきいき体操  美術 陶芸	はつらつ いきいき体操  ゲーム/工作
3	4	5	6	7	8	9
	はつらつ いきいき体操  音楽	はつらつ いきいき体操  レクリエーション 手芸	はつらつ いきいき体操  音楽 絵手紙	はつらつ いきいき体操  お楽しみ会 書道	はつらつ いきいき体操  美術 陶芸	はつらつ いきいき体操  ゲーム/工作
10	11	12	13	14	15	16
	はつらつ いきいき体操  音楽	はつらつ いきいき体操  レクリエーション 手芸	はつらつ いきいき体操  音楽 絵手紙	はつらつ いきいき体操  お楽しみ会 書道	はつらつ いきいき体操  美術 陶芸	はつらつ いきいき体操  ゲーム/工作
17	18	19	20	21	22	23
	はつらつ いきいき体操  音楽	はつらつ いきいき体操  レクリエーション 手芸	春分の日 営業日	はつらつ いきいき体操  お楽しみ会 書道	はつらつ いきいき体操  美術 陶芸	はつらつ いきいき体操  ゲーム/工作
24/31	25	26	27	28	29	30
	はつらつ いきいき体操  音楽	はつらつ いきいき体操  レクリエーション 手芸	はつらつ いきいき体操  音楽 絵手紙	はつらつ いきいき体操  お楽しみ会 書道	はつらつ いきいき体操  美術 陶芸	はつらつ いきいき体操  ゲーム/工作

※ ペン習字・手芸・絵手紙・書道・陶芸は材料費がかかります。

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



# 予定献立表



2024年3月



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p><b>郷土-山形県【いも煮 (庄内地域：味噌仕立て)】</b></p> <p>「いも煮」は、里芋の収穫期の秋から冬にかけてよく食べられている郷土料理の一つです。「いも煮」は地域によって味付けや具材の種類が異なります。特に日本海に面した庄内地域に伝わった際、養豚場が盛んな地域のため、肉は豚肉、味付けは豚肉に合う味噌あじに定着したのではないかとされています。</p>					
<p><b>4</b> <b>春の献立</b> 散らし寿司 すまし汁 白身魚の味噌マヨ 青菜のおかか和え フルーツ 和菓子</p>	<p><b>5</b> 三色丼 味噌汁 温野菜サラダ ヨーグルト ワッフル</p>	<p><b>6</b> ごはん 味噌汁 チキンカツ さつま芋の甘煮 フルーツ アップルジャムケーキ</p>	<p><b>7</b> ごはん 味噌汁 ほっけの幽庵焼き 炒り豆腐 さわやか漬け フルーツ もみじ饅頭</p>	<p><b>1</b> ごはん すまし汁 さばのごま味噌焼き ミニおでん 酢の物 フルーツ どら焼</p>	<p><b>2</b> ごはん すまし汁 豚肉の味噌炒め 大豆とひじきの煮物 茄子のおろし和え フルーツ 雛祭-秘練り切</p>
<p><b>11</b> シュークリーム ドライカレー スープ コーンスローサラダ フルーツヨーグルト</p>	<p><b>12</b> 郷土-山形県 ごはん いも煮~味噌仕立て かれのいのおろしあん いんげんの炒め物 フルーツ おしるこ</p>	<p><b>13</b> ごはん 味噌汁 豚肉の山椒炒め もやしとピーマン炒め マカロニサラダ フルーツ ゼリー</p>	<p><b>14</b> ごはん 味噌汁 鶏肉の梅風味 大根の海老あんかけ ポテトサラダ フルーツ 杏仁豆腐</p>	<p><b>15</b> ごはん 味噌汁 ほっけの生姜焼き さつま揚げの炒め レモン酢和え フルーツ オレンジジャムケーキ</p>	<p><b>16</b> ごはん 卵と葱のスープ 肉豆腐 もやしの三色和え フルーツ クリームコンブエ</p>
<p><b>18</b> ごはん スープ 鶏肉のトマトソース ピーマン炒め 和風サラダ フルーツ スイートポテト</p>	<p><b>19</b> ごはん 味噌汁 あじの香味揚げ にんじんしりしり 青菜のお浸し フルーツ クリームカステラ</p>	<p><b>20</b> <b>春の日</b> かやく飯 味噌汁 かれのい煮付け じゃが芋のバター醤油 茸のみぞれポン酢 フルーツ おはぎ</p>	<p><b>21</b> 麻婆丼 若芽スープ 土佐和え フルーツ 梅ようかん</p>	<p><b>22</b> ごはん 味噌汁 豚カツ 南瓜の煮物 中華酢和え フルーツ ロールケーキ</p>	<p><b>23</b> ごはん 味噌汁 鶏肉の照焼き 温豆腐 コーンマヨ和え フルーツ 和菓子</p>
<p><b>25</b> 親子丼 具沢山みそ汁 しそ和え きな粉ヨーグルト</p>	<p><b>26</b> ごはん すまし汁 鶏肉の味噌焼き 大根の煮物 やみつき胡瓜 フルーツ やわらか大福</p>	<p><b>27</b> ごはん たまごスープ 八宝菜 蒸しシューマイ フルーツ クレープ</p>	<p><b>28</b> ごはん 味噌汁 さばの甘辛焼き 切干大根の煮物 塩こんぶ漬け フルーツ フルーチエ</p>	<p><b>29</b> ごはん ホワイシチュー 温野菜サラダ フルーツポンチ あずき寒天</p>	<p><b>30</b> ごはん スープ 白身魚のステーキソース ツナ炒め 野菜サラダ フルーツ シューエクレア</p>

※加印-・塩分表記にはおやつは含まれません。



株式会社 セプト