いがらし様家便り

平成27年10月1日
あいあい生き生きハウス
いがらしさん家
047(492)1236
10月号

朝夕と涼しくなり、少しづつ秋の気配が感じられるようになってきました。秋といったら〝○○の秋〟。旬の美味しい味覚を味わったり、音楽・絵画・美術や本など芸術に触れたり…。また、ちょっと近くをお散歩するのも運動になってよいですね。色々な○○の秋を積極的に楽しみ、心身体を養いましょう。

（介護担当　高橋）

☆今月の行事☆

9月のお茶会では、皆様緊張した面持ちでしたが先生のお抹茶を一口頂くとホッと笑顔が見られ、心安らいでいらっしゃいました。茶道が初めての方々にも喜んで頂けました。さて、今月にいも煮会〟です。皆さん沢山おかわりをして下さいね!!

～　お知らせ　～

◎10月24(土)・25(日)はふるさとまつりのため、24日(土)デイサービスはお休みとなります。

今月の昼食予定表　10月

※材料等の都合により、献立の一部変更もあります※

月	火	水	木	金	土
/	/	/	大谷 1	伊藤 2	伊藤 3
			ロールキャベツ 合え物 汁物 おやつ	豚のしょうが焼 合え物 汁物 おやつ	野菜の煮物 合え物 汁物 おやつ
大河内 5	伊澤 6	伊藤 7	大谷 8	大河内 9	大谷 10
鮭ずし 合え物 汁物 おやつ	煮こみハンバーグ 合え物 汁物 おやつ	ビーフシチュー 合え物 汁物 おやつ	八宝菜 合え物 汁物 おやつ	三色丼 合え物 汁物 おやつ	カジキの竜田揚げ 合え物 汁物 おやつ
大河内 12	伊澤 13	伊藤 14	大谷 15	伊澤 16	伊澤 17
豚肉と大根の煮物 合え物 汁物 おやつ	はんぺんのフライ 合え物 汁物 おやつ	カジキの野菜あんかけ 合え物 汁物 おやつ	いも煮会	いも煮会	いも煮会
大河内 19	伊澤 20	伊藤 21	大谷 22	大河内 23	24
カジキのオイスター煮込み 合え物 汁物 おやつ	豚しゃぶ 合え物 汁物 おやつ	ジャーマンポテト 合え物 汁物 おやつ	マカロニグラタン 合え物 汁物 おやつ	さんまの梅じそあえ 合え物 汁物 おやつ	ふるさと祭り
大河内 26	伊澤 27	伊藤 28	大谷 29	大河内 30	伊藤 31
きのことり肉の炊き込みごはん 合え物 汁物 おやつ	たらの野菜蒸し 合え物 汁物 おやつ	野菜の煮物 合え物 汁物 おやつ	すき煮 合え物 汁物 おやつ	チキンのトマト煮込み 合え物 汁物 おやつ	ナポリタン サラダ 汁物 おやつ