



平塚診療所 デイサービス

令和6年9月25日発行



平塚診療所デイサービスは、定員16名様に対し
スタッフ5～7名と看護師による手厚い介護と、手作りのお食事が
じまんのアットホームなデイサービスです

平塚診療所デイサービスをご利用いただきありがとうございます。
店先に栗や柿など秋の味覚が並び始めました。暑い日もありますがもう秋ですね。肌寒く感じる
ことがあるかもしれませんので羽織り物をご持参ください。記名も忘れずにお願い致します。



お昼休み、大きな文字合わせが完成間近のK様と同じテーブルの皆様がお声をかけられていました。
コミュニケーションは脳年齢を若く保つ効果があるなどありますが、楽しいのが一番です!

ご利用状況

月	火	水	木	金
○	×	△	○	△

ご相談ください。
お待ちしております。

営業日・時間

月～金曜日（祝日は営業）
9時15分から16時20分

お問合せ電話 : 0463-26-5233

直通 : 090-5393-5566

担当 黒沼



ご昼食メニュー & 機能訓練・レクリエーション

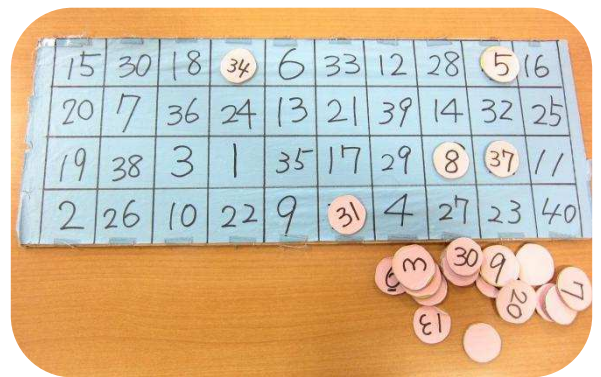
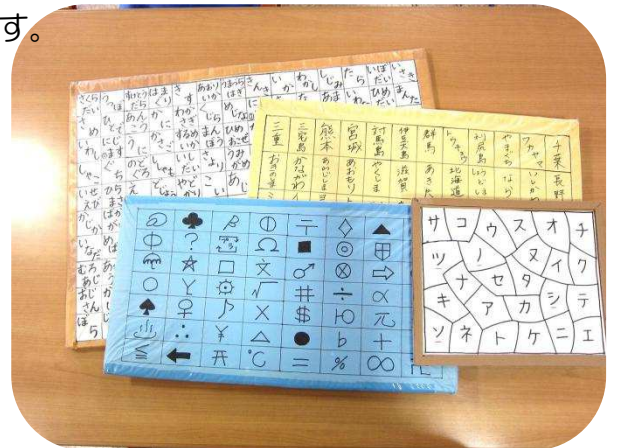
2024年10月

※材料の入荷等によりメニュー変更になる場合があります

機能訓練・レク		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)
第1週目 ・体力アップ下肢体操 ・花かご		ごはん みそ汁 豚の生姜焼き 青菜のお浸し ヨーグルト	ごはん みそ汁 豚キムチ 青菜のなめたけ和え ヨーグルト	ごはん みそ汁 魚の五日あんかけ キャベツのゴマ酢和え ヨーグルト	カレーライス トマトのコンソメスープ 根菜サラダ ヨーグルト
第2週目 ・体おめざめ体操 ・バックキッカー	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金・祝)
	親子丼 けんちん汁 根菜の炊き合わせ 煮豆	ごはん みそ汁 豆腐の肉みそあんかけ ジャガイモとチクの甘辛煮	里芋の炊き込みご飯 みそ汁 魚のムニエルおろしポン酢 揚げナスの酢味噌和え	ごはん みそ汁 照りマヨチキン ポテトサラダ	ごはん みそ汁 豚とナスの味噌炒め 青菜のお浸し
第3週目 ・体力づくり座位体操 ・秋の大運動会	14(月・祝)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
	ごはん みそ汁 ポークチャップ 野菜サラダ フルーツ	ごはん みそ汁 筑前煮 蒸しナスのそぼろあんかけ フルーツ	ごはん みそ汁 豆腐と青梗菜の煮浸し かぼちゃサラダ フルーツ	あんかけチャーハン 中華スープ ギョーザ ナスの中華サラダ フルーツ	お楽しみ弁当
第4週目 ・タオル体操 ・箱ピンゴ	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
	ごはん みそ汁 魚のトマトソース煮 じゃがいものそぼろ煮	親子丼 けんちん汁 高野豆腐と青菜の煮物 煮豆	ごはん みそ汁 豚バラとキノコのナポリ炒め ナスの煮浸し	ごはん みそ汁 豚とかぼちゃのカレー炒め 青菜のお浸し	ごはん みそ汁 車麩の煮物 キャベツのゆかり和え
第5週目 ・ボカボカ体操 ・三角とんでけ!	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	
	ごはん みそ汁 海老と豆腐の煮物 マカロニサラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 豚のスタミナ炒め 長芋の炊き合わせ ヨーグルト	ごはん みそ汁 魚のちゃんちゃん焼き ナポリタンサラダ ヨーグルト	コロッケ丼 けんちん汁 根菜サラダ ヨーグルト	

脳トレ一番人気「文字合わせ」

デイサービスの脳トレは塗り絵、計算、間違い探しなどのプリントの他に、文字合わせやカード合わせなどがあります。中でも人気なのが昼休みにまったり行う文字合わせです。大きな盤に書かれた文字などに適合するカードやピースを置いていきます。コロナ中はお一人で取り組んでいただいていたのですが今は数人で行っていただくこともあります。



芸能人の苗字と下の名前のカード合わせ。すっかり忘れていても、スラっと思い出せます。



バラバラのカードの中から都道府県名を探して組み合わせます。



動物の名前と絵柄を合わせます。名前は合っても、絵柄が合っていないこともあり、そういう時は「あれえ？」と一緒に笑います。



こちらも芸能人や著名人のカードですが、写真と文字の組み合わせ。



塗り絵なんて
子どもの頃以来
かしら

新規でご利用のS様。初めは隣の方の塗り絵を眺めておられましたが「やってみようかな？」とチャレンジされました。

Happy Birthday 今月のお誕生日会

とってもお若く見えるK・K様。
前撮りの撮影時には自らポーズを取っていただきました。



9月第4週は敬老週間としてお赤飯や
松茸ごはんをお出ししました。
お赤飯はささがりが固いせいか
「あんまり・・・」という方もおられますが
やはり特別感がありますね。
皆さま、完食されてました。



デイサービスからのひとくちメモ

先にお知らせしましたが、9月ご利用分よりお食事代が80円値上げになります。20年以上据え置いてきましたが、食材費、光熱費、人件費の高騰により苦渋の選択となりました。ご利用者さまのご負担が増えることになり心苦しい思いです。今後も作りたてで温かいお食事をご提供する為ですので、どうぞご理解いただけますようお願いいたします。

(注：半日デイの方はおやつを含みませんので60円の値上げです)