



平塚診療所 デイサービス

令和7年4月24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。
今年は天候や気温の変化が多いですね。デイサービスは2階にありとても日当たりが良いです。
これからの季節は冷房の冷え防止のためのも上着のご持参をお願い致します。



そろばんを軽快なリズムで弾くA様。「家じゃやらなくなったわね。」とおっしゃりつつも
指は覚えているものですね。お見事です。

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 2025年5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(木)	2(金)
第1週目 ・リハビリお手玉体操 ・ゴールをねらえ!(足) ・お誕生日会					お楽しみ弁当	ひじきの炊き込みごはん クリームシチュー ブロッコリーの塩こぶ和え フルーツ
第2週目	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	
・体力アップ下肢体操 ・でてこい!こいのぼり	ごはん みそ汁 魚とキノコのみぞれ煮 ピーマンとエノキの炒め物	お楽しみ弁当	ごはん スープ餃子 切り干し大根の煮物 煮豆	ひじきの炊き込みご飯 みそ汁 鶏とトマトの炒め物 里芋の煮物	ごはん みそ汁 豚と小松菜の炒め物 根菜の煮物	
第3週目	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	
・体おめざめ体操 ・魚釣り ・お誕生日会	ひじきの炊き込みご飯 みそ汁 豆腐と青梗菜の煮浸し ジャガイモのそぼろ煮 ヨーグルト	ごはん 中華スープ 豚キムチ 青菜の煮物 ヨーグルト	お楽しみ弁当	ごはん みそ汁 煮魚 根菜の煮物 ヨーグルト	ごはん みそ汁 鶏とキャベツのマヨソテー ナポリタンサラダ ヨーグルト	
第4週目	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	
・体力づくり座位体操 ・お手玉ポイッ!	ごはん みそ汁 豚とナスのみそ炒め 青菜のお浸しポン酢風味	ひじきの炊き込みご飯 みそ汁 鶏のマヨネーズ焼き 青菜のお浸し	ごはん みそ汁 魚のちゃんちゃん焼き 揚げナス	ごはん みそ汁 肉豆腐 野菜サラダ	ごはん みそ汁 豆腐の肉みそあんかけ チクワとジャガイモの甘辛煮	
第5週目	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
・タオル体操 ・動物玉入れ	コロッケ丼 すまし汁 高野豆腐と青菜の煮物 フルーツ	ごはん みそ汁 豆腐のかき卵あんかけ かぼちゃサラダ フルーツ	ごはん みそ汁 豚のスタミナ炒め 根菜サラダ フルーツ	ごはん みそ汁 鶏のさっぱり煮 サツマイモと金時豆の煮物 フルーツ	ごはん みそ汁 魚のトマトソース煮 マカロニサラダ フルーツ	

大人気！文字合わせ

平塚診療所デイサービスには50以上の文字合わせ盤やカードがあります。皆さまのお好みや、やりやすいものに合わせて制作していったら、こんな数になりました。お一人で集中しながらされる方、お仲間と話しながらと楽しみ方はそれぞれです。



女性に人気なのは、懐かしの芸能人の盤やカードです。苗字を読めばスラスラと下の名前が出てきます。



スポーツ選手のカードに挑戦されたN様。



歴史にとってもお詳しいK様。「北条といえば早雲だね!」と楽しまれていました。



ゲームで負けてバケツを頭に乘せておどけるK様



体操に真剣に取り組まれているA様 努力家でおられます。



足を上げて、太ももの筋肉に刺激を!

Happy Birthday

今月のお誕生日会

1月からご利用のM・Hさま
デイにすっかり馴染まれて、とても表情が
豊かです。やわらかな物腰がジェントルマンな
雰囲気をお漂わせておられます。



この日もご昼食は、鶏の照り焼きに
青菜のお浸し、フルーツでした。
鶏肉は柔らかく仕上がるように、心を
こめて調理しています。



デイサービスからのひとくちメモ

「たしかにココにあったはずなのに、ない！」
皆さま、経験がありますね。最近、紛失防止の為に商品が販売されています。
位置情報でスマホと連動する高機能な品から、家の中くらいなら探せるものなど
性能も値段も様々です。

いずれもキーホルダーほどの大きさと、鍵や財布に取り付けておきます。
「ない！」となった時、リモコンを押せばどこかでピーピーと音が鳴ります。
商品によっては電池を半年に1回程で交換の必要がありますが、便利です。