



ゆうメール

第63号

野ばらニュース

発行日 平成28年12月1日

365日宿泊型

デイサービス野ばら千波館

〒310-0851 水戸市千波町 2872-35

TEL 029-306-7742 FAX 029-306-7743

木枯らしが吹き、風が冷たい季節になりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。12月はインフルエンザが流行しやすい季節です。体調に気を付けてお過ごし下さい。



先日100歳のお誕生会のイベントを盛大に行いました。おかげさまで、利用者様に喜んで頂くことが出来ました。お祝いのお花がとても綺麗でした。



野ばらの楽しい日常を随時更新中

ぜひアクセスして下さいね♪

<https://www.facebook.com/day servicenobara.senba>



365日24時間対応宿泊型デイサービス 野ばらのご案内

一泊560円～の宿泊費、昼食おやつ代500円で、経済的負担の少ない料金設定です。

- ① 急な宿泊・利用に柔軟に対応する、利用者本意の介護サービスを実施しています。
- ② 家庭的雰囲気、利用者に合わせて密度の濃い介護サービスを実施します。
- ③ 毎日の無料整体の実施で、利用者の満足と身体機能を向上させています！

12月 デイサービス野ばら 行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
<p style="text-align: center;">ケアビクス体操で体力増進！マッサージで気分すっきり！ 女性はぬい絵や貼り絵、男性は将棋や囲碁など 様々なレクリエーションで楽しんでいただいています！！</p>				<p style="text-align: center;">1</p> <p style="text-align: center;">覚えてるかな？ 懐かしの歌謡曲！</p> <p>【昼食】 煮込みハンバーグ さつまいもの甘辛炒め ほうれん草のごまマヨ和え コンソメスープ</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">お散歩して 気分転換！</p> <p>【昼食】 キタノメヌケの煮付け 豆腐の野菜あんかけ もやしのナムル みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">3</p> <p style="text-align: center;">冬の連想クイズ 冬といえば何？</p> <p>【昼食】 肉野菜炒め じゃが芋のベーコン煮 チンゲン菜のピーナッツ和え みそ汁</p>
<p style="text-align: center;">4</p> <p style="text-align: center;">体の機能訓練！ 筋肉を動かして</p> <p>【昼食】 白身フライ かぼちゃのバター風味 春雨サラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">5</p> <p style="text-align: center;">考えよう！ ことわざクイズ</p> <p>【昼食】 チキンの粒マスタード煮 白菜と厚揚げの炒め物 オクラとおかか和え みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">6</p> <p style="text-align: center;">音楽レク！ 歌を歌おう！</p> <p>【昼食】 サバの味噌煮 れんこん金平 豆サラダ すまし汁</p>	<p style="text-align: center;">7</p> <p style="text-align: center;">足腰鍛えよう！ 足踏み体操</p> <p>【昼食】 みぞれうどん 白菜とカニカマのとろとろ煮 中華サラダ フルーツ</p>	<p style="text-align: center;">8</p> <p style="text-align: center;">魚佃クイズ！ 意外と難しいです！</p> <p>【昼食】 アジのカレーパン粉焼き 里芋の煮物 トマトサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">9</p> <p style="text-align: center;">サイコロ暗算！ 頭の体操</p> <p>【昼食】 豚肉の花かつお焼き 刻み昆布煮 トマトサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">10</p> <p style="text-align: center;">茨城弁クイズ！ なまいを愛して</p> <p>【昼食】 中華五目豆腐 チヂミ キャベツの生姜和え 春雨スープ</p>
<p style="text-align: center;">11</p> <p style="text-align: center;">ボール投げ！ たくさん入れよう</p> <p>【昼食】 鶏の唐揚げ 白滝とふきの炒り煮 長芋のたたき和え みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">12</p> <p style="text-align: center;">筋トレ！ 体の体操</p> <p>【昼食】 シイラの銀あんかけ 白菜と鶏肉の炒め物 お花ひたし みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">13</p> <p style="text-align: center;">塗り絵で 文化に触れよう！</p> <p>【昼食】 ミニ菜めし 名古屋名物きしめん ほうれん草バター正油ソテー 金時豆</p>	<p style="text-align: center;">14</p> <p style="text-align: center;">みんなで サッカーゲーム！</p> <p>【昼食】 チキンの粒マスタード焼き チンゲン菜とつみれの煮合せ 水菜サラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">15</p> <p style="text-align: center;">年末 ボウリング大会！</p> <p>【昼食】 ホッケのレモン焼き 水餃子 ポテトサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">16</p> <p style="text-align: center;">お手玉 10回続けよう！</p> <p>【昼食】 トンカツ かぼちゃとベーコンのソテー もやしのナムル 味噌汁</p>	<p style="text-align: center;">17</p> <p style="text-align: center;">水戸の名所 ドライブ！</p> <p>【昼食】 助宗タラの漬け焼き 里芋の甘辛煮 小松菜のごま和え みそ汁</p>
<p style="text-align: center;">18</p> <p style="text-align: center;">貼り絵で カレンダーづくり！</p> <p>【昼食】 肉団子の甘酢炒め 冬瓜とちくわの含め煮 ブロッコリーのマヨ和え みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">19</p> <p style="text-align: center;">腕を伸ばして ボールキャッチ！</p> <p>【昼食】 いなり寿司 なすの炒め煮 トマトのきゅうりのサラダ すまし汁</p>	<p style="text-align: center;">20</p> <p style="text-align: center;">言葉集め！ 正解なるか？</p> <p>【昼食】 豚生姜焼井 じゃが芋としんじょう煮 つけもの フルーツ</p>	<p style="text-align: center;">21</p> <p style="text-align: center;">なぞなぞ 解けるかな？</p> <p>【昼食】 あんころの竜田和え 冬瓜かぼちゃ アスパラサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">22</p> <p style="text-align: center;">みんなで一緒に！ 風船バレー！</p> <p>【昼食】 味噌煮込みうどん 山芋の磯辺揚げ キャベツとパプリカのサラダ フルーツ</p>	<p style="text-align: center;">23</p> <p style="text-align: center;">クリスマス飾りの 準備をします！</p> <p>【昼食】 ブリの煮付け 根菜3種のにぎり揚げ チンゲン菜のピーナッツ和え みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">24</p> <p style="text-align: center;">クリスマスイブ 洋食頂きます！</p> <p>【昼食】 クリスマスチキンプレート スバゲッティーソテー カリフラワーのハムサラダ コーンスープ エクレア</p>
<p style="text-align: center;">25</p> <p style="text-align: center;">クリスマス みんなでお祝い</p> <p>【昼食】 黄金カレイの照り焼き 大根と花がんもの煮物 ポテトサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">26</p> <p style="text-align: center;">おせちの作り方 教わる会！</p> <p>【昼食】 鶏肉のもろみ焼き かぼちゃのあんかけ オクラの酢正油和え お吸い物</p>	<p style="text-align: center;">27</p> <p style="text-align: center;">大掃除！ 一年に感謝して</p> <p>【昼食】 サーモンフライ なすの炒め物 レタスサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">28</p> <p style="text-align: center;">年末の買い物 計算クイズ！</p> <p>【昼食】 豆腐とホタテのあんどじ 焼き餃子 かぶのマヨ和え みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">29</p> <p style="text-align: center;">1月の カレンダー作り</p> <p>【昼食】 ホッケの山椒焼き ひじきの炒り煮 大根のドレッシング和え みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">30</p> <p style="text-align: center;">1月の カレンダー作り</p> <p>【昼食】 照焼きハンバーグ ブロッコリーソテー コールスローサラダ みそ汁</p>	<p style="text-align: center;">31</p> <p style="text-align: center;">大晦日 今年の 思い出を語ろう！</p> <p>【昼食】 ホ木の生姜煮 卵の花 春雨サラダ みそ汁</p>