



ゆうメール

第72号

野ばらニュース

発行日 平成29年9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

暑さも峠を過ぎて、幾分と過ごしやすくなりましたね。野ばらの庭では、キュウリが収穫の時期を迎えています。ご利用様は採れたてのキュウリを見ると、とても喜んで下さいます。

## 真夏の輝く思い出たち

今月は外食や調理レク、スイカ割りなど様々な企画を実施しました。数多くの印象的な夏と出会うことができました。



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、利用者に合わせた密度の濃い介護サービスを実施します。
- ③ 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！

# 9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><b>ケアピクス体操で体力増進！マッサージで気分すっきり！</b>  <b>女性はめい絵や貼り絵、男性は将棋や囲碁など</b>  <b>様々なレクリエーションで楽しんでいただいています！！</b></p>						
					<b>1</b> <b>お手玉投げ</b> <b>狙いを定めて！</b> 【昼食】 いなり寿司 さつま芋の甘辛炒め ほうれん草のツナ和え みそ汁	<b>2</b> <b>懐かしの童謡を</b> <b>みんなで唄おう！</b> 【昼食】 シイラの煮付け しのだとふきの煮物 白菜の塩昆布和え みそ汁
<b>3</b> <b>秋の思い出を</b> <b>語りましょう！</b> 【昼食】 チキンの粒マスタード焼き じゃが芋の味噌バター煮 コールスローサラダ お吸い物	<b>4</b> <b>オセロで</b> <b>頭の体操！</b> 【昼食】 ホキのパン粉焼き かぼちゃの甘煮 トマトとオクラの中華和え みそ汁	<b>5</b> <b>風船バレー</b> <b>目指せ 100 回！</b> 【昼食】 鶏肉と長芋の中華炒め 焼き春巻 キャベツの甘酢和え みそ汁	<b>6</b> <b>サイコロ暗算</b> <b>足し算で計算！</b> 【昼食】 秋鮭のマヨネーズ焼き じゃが芋の洋風煮 きゅうりのナムル みそ汁	<b>7</b> <b>塗り絵で</b> <b>色鮮やかに！</b> 【昼食】 きつねそば ごぼうと豚肉の味噌炒め 菜の花ちらし フルーツ	<b>8</b> <b>千波湖</b> <b>周辺散歩です！</b> 【昼食】 助宗タラの山椒味噌焼き 大根とさつま揚げの煮物 レタスとパプリカのサラダ すまし汁	<b>9</b> <b>ボールキャッチ！</b> <b>球をよく見て！</b> 【昼食】 たまごコロッケ 焼き茄子 キャベツとカニカマのサラダ みそ汁
<b>10</b> <b>ボウリング</b> <b>誰がトップか！</b> 【昼食】 サワラのえのきあんかけ 刻み昆布煮 白菜のゆず風味 みそ汁	<b>11</b> <b>答えよう！</b> <b>ことわざクイズ！</b> 【昼食】 豚肉のスタミナ炒め 車ふの煮物 カリフラワーのたらこマヨ和え みそ汁	<b>12</b> <b>あいうえおの</b> <b>言葉集め！</b> 【昼食】 ためきうどん 根菜としんじょの煮物 さんま南蛮漬け フルーツ	<b>13</b> <b>スミレやコスモス</b> <b>秋の花に触れよう</b> 【昼食】 メンチカツ 小松菜と鶏肉の煮物 トマトとパプリカのサラダ みそ汁	<b>14</b> <b>狙い定めて</b> <b>お手玉投げ！</b> 【昼食】 赤魚のチーズ焼き 白菜とカニカマの煮物 わかめサラダ みそ汁	<b>15</b> <b>将棋山崩し</b> <b>初心者もどうぞ！</b> 【昼食】 鶏照り三色丼 切干大根煮 つけもの フルーツ                      みそ汁	<b>16</b> <b>演歌の花道</b> <b>カラオケ大会！</b> 【昼食】 サバの和風ステーキ 小豆とさつま芋煮 カリフラワーのだし正油和え みそ汁
<b>17</b> <b>旅の思い出を</b> <b>語ろう！</b> 【昼食】 混ぜ込みチャーハン 焼ギョーザ ナスのしらす和え 中華スープ	<b>18</b> <b>敬老の日</b> <b>長寿インタビュー</b> 【昼食】 栗のお赤飯 さんまの塩焼き 揚げ出し豆腐 菜の花の和え物                      みそ汁	<b>19</b> <b>手指をほぐして</b> <b>指体操！</b> 【昼食】 豆腐の中華旨煮 カニ風味シュウマイ ナスのみそ和え すまし汁	<b>20</b> <b>水戸周辺</b> <b>ドライブです！</b> 【昼食】 豚肉のオイスター丼 しそ大根 つけもの ヨーグルト                      すまし汁	<b>21</b> <b>クロスワード</b> <b>やってみよう！</b> 【昼食】 助宗タラの磯辺揚げ きんぴらごぼう カリフラワーのゆず和え みそ汁	<b>22</b> <b>綺麗に化粧。</b> <b>美容に関心を。</b> 【昼食】 醤油ラーメン チキンピカタ チンゲン菜の梅和え フルーツ	<b>23</b> <b>秋分の日</b> <b>秋を感じる一日に</b> 【昼食】 きのこの炊き込みご飯 キタノメケの漬け焼き かぼちゃの煮付け 白菜の素干し和え                      お吸い物
<b>24</b> <b>貼り絵で</b> <b>絵を鮮やかに！</b> 【昼食】 秋野菜のクリームシチュー ミックスドームオムレツ 彩りサラダ フルーツ	<b>25</b> <b>体動かして</b> <b>リズム体操！</b> 【昼食】 あんこうとなすの揚げ浸し ひじきと大豆の炒り煮 菜の花のだし正油和え みそ汁	<b>26</b> <b>しりとり</b> <b>楽しく続けよう！</b> 【昼食】 博多がめ煮 イカ野菜カツ ツナサラダ みそ汁	<b>27</b> <b>答えてみよう！</b> <b>魚へんクイズ</b> 【昼食】 とろろそば 海鮮シュウマイ きゅうりと鶏ささみの和え物 フルーツ	<b>28</b> <b>サッカーで</b> <b>足を鍛えよう！</b> 【昼食】 焼き栗コロッケ&コーン 白滝のチャブチェ風 インゲンのしらす和え みそ汁	<b>29</b> <b>逆川緑地</b> <b>自然散歩です！</b> 【昼食】 ソイの塩焼き オニオンソテー チンゲン菜のさっぱり和え みそ汁	<b>30</b> <b>旗上げゲーム！</b> <b>赤上げて！</b> 【昼食】 豚肉の山椒炒め さつま芋の甘煮 冷奴 すまし汁