

デイサービス便り 令和7年1月



グリーンロード



新年あけましておめでとうございます。
今年も皆様にデイサービスで健やかに楽しく
お過ごし頂けますよう、職員一同頑張ってお参ります。
本年もよろしくお願ひいたします。

熊野宮神社初詣 6日(月) 7日(火)

ローズウッド歌と踊り 27日(月)

田無病院理学療法士によるリハビリ体操の日程



8日(水) 16日(木) 20日(月) 21日(火) 31日(金)



おやつレク
22日(水)



ローズウッド歌と踊り



こーろふぁーらコーラスクリスマス会



プレゼントで〜す



苺のケーキ美味しかったあ〜

オカリナグループ ロマンс クリスマス会



プレゼントくれるかなあ〜

ミュージックセラピークリスマス会



リンリン・
リンリン



12月 お誕生日
おめでとうございます。



午前・・ 11時30分より季節の話、体操、口腔体操

(入浴されない方は、塗り絵、脳トレプリント、装飾)

午後・・ 13時45分よりリハビリ体操、歌体操、装飾、脳トレ



フラワーアレンジメント
1月9日(木)



散髪日

1月14日(火)
13時30分より

グリーンロードのデイサービスをご利用希望の方、
ご興味やご相談がある方は、お気軽にご連絡ください。
また、ご利用頂いている方は、ご利用日でない日でも
振替利用、追加利用ができます。**生活相談員 北原・鈴木**
デイサービスセンターグリーンロード

〒188-0004

東京都西東京市西原町 2-2-11

TEL 042-467-7759 FAX 042-461-599



2025年1月

デイサービス

グリーンロード

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
6日	7日	8日	9日	10日
<<新年のお祝い膳>> ご飯 清まし汁 鶏肉の幽庵焼き がんもと白菜のサッと煮 フルーツポンチ	<<七草>> 七草粥風 清まし汁 ホキのチャンチャン焼き 金平ごぼう いちごムース <div style="position: absolute; top: 10px; right: 10px; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; color: red; font-weight: bold;"> 選べる おやつの日 </div>	ビビンバ丼 中華スープ かに焼売 ぶどうゼリー	ご飯 味噌汁 エビカツ 切干大根の煮物 りんごムース	<<マカロニサラダの日>> ポテトサンド ツナサンド かぼちゃスープ マカロニサラダ パインゼリー <div style="position: absolute; top: 10px; right: 10px; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; color: red; font-weight: bold;"> 1日早い お楽しみ! </div>
I補給 :-478kcal タバク :19.4g 脂質 :13.9g 炭水化:64.3g 食塩相:1.9g	I補給 :-429kcal タバク :20.4g 脂質 :7.0g 炭水化:67.7g 食塩相:2.8g	I補給 :-438kcal タバク :15.6g 脂質 :11.0g 炭水化:65.1g 食塩相:2.2g	I補給 :-487kcal タバク :16.4g 脂質 :11.0g 炭水化:77.4g 食塩相:2.4g	I補給 :-530kcal タバク :17.7g 脂質 :18.1g 炭水化:73.3g 食塩相:2.4g
13日	14日	15日	16日	17日
<<お楽しみメニュー>> 菜飯 味噌汁 サワラの野菜蒸し 厚揚げのみぞれあん ミルクムース <div style="text-align: right;">  </div>	ミートソーススパゲッティ コンソメスープ 生野菜サラダ りんごゼリー	<<リクエストメニュー>> 炊き込み御飯 味噌汁 とんかつ 切昆布と筍の煮物 いちごムース <div style="position: absolute; top: 10px; right: 10px; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; color: green; font-weight: bold;"> 利用者様からの リクエスト メニューです </div>	ご飯 味噌汁 鶏鍋 じゃがいものピリ辛炒め フルーツMIXゼリー	<<選べるソース>> ご飯 味噌汁 豆腐野菜ハンバーグ ポン酢ソース 和風あんかけソース ブロッコリーとハムのサラダ オレンジムース
I補給 :-457kcal タバク :23.8g 脂質 :10.9g 炭水化:61.9g 食塩相:2.7g	I補給 :-446kcal タバク :18.5g 脂質 :7.3g 炭水化:71.9g 食塩相:2.2g	I補給 :-495kcal タバク :15.1g 脂質 :13.1g 炭水化:77.7g 食塩相:3.1g	I補給 :-504kcal タバク :20.7g 脂質 :14.1g 炭水化:69.0g 食塩相:2.2g	I補給 :-462kcal タバク :17.8g 脂質 :9.8g 炭水化:73.3g 食塩相:2.9g
20日	21日	22日	23日	24日
ご飯 清まし汁 天ぷら ほうれん草の煮浸し オレンジゼリー	タラモサンド パンプキンサンド ミネストローネ風スープ ピーマンソテー ミルクムース	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き はんぺんの薄くず煮 ピーチゼリー <div style="position: absolute; top: 10px; right: 10px; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; color: orange; font-weight: bold;"> おやつレク! </div>	ちゃんぽん 餃子 三色ナムル いちごムース <div style="position: absolute; top: 10px; right: 10px; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; color: red; font-weight: bold;"> 選べる おやつの日 </div>	野菜たっぷりカレー 豆乳スープ レタスサラダ ぶどうゼリー
I補給 :-446kcal タバク :13.5g 脂質 :7.6g 炭水化:77.6g 食塩相:1.5g	I補給 :-414kcal タバク :12.3g 脂質 :15.9g 炭水化:56.1g 食塩相:2.5g	I補給 :-400kcal タバク :18.5g 脂質 :4.8g 炭水化:65.9g 食塩相:2.2g	I補給 :-447kcal タバク :16.2g 脂質 :11.2g 炭水化:69.7g 食塩相:2.4g	I補給 :-564kcal タバク :18.3g 脂質 :17.5g 炭水化:79.8g 食塩相:2.6g
27日	28日	29日	30日	31日
<<選べるソース>> ご飯 味噌汁 ハンバーグ トマトソース ポン酢ソース 豆たっぷりサラダ パインムース	ご飯 味噌汁 鶏肉のガーリック焼き ほうれん草の黒胡麻和え オレンジゼリー	白菜とそぼろのあんかけ丼 味噌汁 ごぼうの柚子胡椒炒め ミルクムース <div style="text-align: center;">  <p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">おでん会</p> </div>	からだ元気【アンチエイジング】 ご飯 味噌汁 豚肉と大根の醤油麹煮 ひじき入りゴマドレサラダ りんごゼリー	わかめそば 男爵コロッケ チンゲン菜の塩昆布和え いちごムース
I補給 :-493kcal タバク :18.0g 脂質 :14.5g 炭水化:70.3g 食塩相:2.9g	I補給 :-506kcal タバク :19.3g 脂質 :14.1g 炭水化:70.6g 食塩相:2.1g	I補給 :-420kcal タバク :16.5g 脂質 :6.5g 炭水化:70.8g 食塩相:1.7g	I補給 :-448kcal タバク :15.9g 脂質 :10.5g 炭水化:68.8g 食塩相:2.2g	I補給 :-456kcal タバク :16.7g 脂質 :11.0g 炭水化:71.6g 食塩相:2.8g

※食材仕入れの都合上、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆2025年1月 グリーンロードのお食事紹介☆

グリーンロードでは、お食事も楽しんでいただけるように、毎月さまざまな取り組みを行っております。

《選べるソース》

お好きな方のソースをお選びいただけます。

17日(金)



ポン酢ソース又は
和風あんかけソース

27日(月)



トマトソース又はポン酢ソース

※写真はイメージです

《選べるおやつ》

お好きな方のおやつをお選びいただけます。

7日(火)



たい焼き又は黒糖ケーキ

23日(木)



パンケーキ又はおまんじゅう

《お楽しみメニュー》

1月13日(月)は“お楽しみメニュー”。毎回テーマを決めてそれにまつわるお食事の提供を行っています。

今回は、昔話をイメージした食事を準備しています。

イラストを見て、どんな物語か想像できますか？

タイトルはひらがなで書くと〇〇〇〇〇。どんなお話か思い出してみてください!!

お食事を食べながら、ぜひ答え合わせをしましょう。

皆様のご利用、お待ちしております。



《今年もよろしくお願いいたします》

皆様、あけましておめでとうございます。

今年も、皆様が元気に楽しく過ごせるように、また皆様の笑顔を増やせるように食事や栄養のサポートさせていただきます。

さまざまなイベントや行事も行っていく予定です。

リクエストがございましたらぜひ職員まで声をかけてください。

皆様のご利用をお待ちしております。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

