

大当郎デイサービス

理学療法士1名が機能訓練をします
 工作レクに力をいれています！
 一緒に物づくりしませんか？

パン教室



生地にレーズンを混ぜ込み、
レーズンパンの完成です♪

食レク

わらび餅に抹茶アイスを
トッピングしました♪

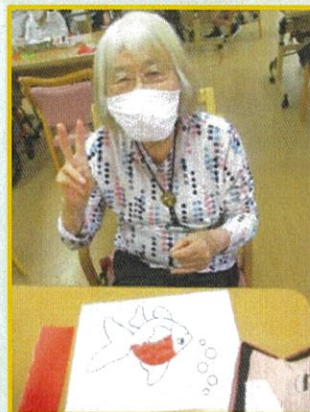


レクリエーション



セタゲーム

貼り絵・壁画づくり



お手玉飛ばし



ドキドキビアガーデン

カレンダー作り



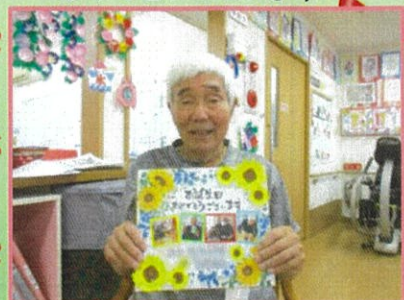
エア-射的



洗濯物干し



今月お誕生日の方です！
おめでとうございます



青塚デイサービス

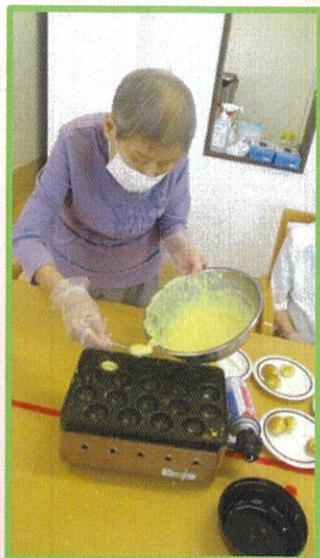
18人までのデイサービスです
10：30～15：40までの短時間なので
ご希望の方はぜひ見学してみてください！
理学療法士が常駐しています。

食レク

アメリカンドッグ作りをしました！

竹串を使ってみんなで上手に丸くなるように作りました。

「難しいね。」「美味しいわ。」と話されていました。



今月お誕生日の方々です！
おめでとうございます🌟
蓮の花の色紙でお祝いしました。



まほろばのお食事

「手作り」にこだわる
「食材」にこだわる
「味」にこだわる



7月7日(月)

冷やし中華、サーモンマリネ、アロエヨーグルトなどを提供しました。酸っぱすぎず、おいしかったが、エビが硬かったとのご意見もいただきました。七夕だったので、星形の人参を付けました。七夕感が感じられ、彩りも良く、かわいかったと好評でした。サーモンマリネは、味がしっかりついていておいしかった、彩りが綺麗でよかったが、少し油っぽかったとのご意見もいただきました。アロエヨーグルトはさっぱりしていておいしかった、甘くてよかった、食感がよかったととても好評でした。



7月25日(金)

うなぎ丼、きゅうりとカニカマの酢の物、なすの煮浸しなどを提供しました。うなぎ丼は量も多く、肉厚でとてもおいしかったとご好評いただきました。きゅうりとカニカマの酢の物は、酢と砂糖の割合がちょうどよく、とてもおいしかったと好評でした。なすの煮浸しは、おいしかったとのお声が多かったですが、ごま油を少し入れるともっと美味しくなるのご意見もいただきました。全体的に好評でした。

8月の特別食はコチラ！

8月1日(金)

- ・味噌カツ
- ・夏野菜のトマト煮
- ・明太ポテトサラダ
- ・抹茶ブラウニー
- ・かきたま汁

エネルギー
586kcal
たんぱく質 20.1g
食塩相当量 2.0g

8月21日(木)

- ・もろこちらし寿司
- ・なすの煮浸し
- ・夏野菜のマリネ
- ・茶碗蒸し
- ・抹茶羊かん
- ・すまし汁

エネルギー 544kcal
たんぱく質 23.2g
食塩相当量 2.1g

● 酢

お酢自体には塩分はほとんどふくまれていないものの、強い酸味を持つことから塩味を引く立たせる働きがあります。塩分を抑えた薄味調理の際、お酢を加えることで、減塩効果も期待できます。酢に含まれる酢酸は、疲労感を軽減する機能が報告されている成分です。

● 味噌

みその主成分である大豆は、良質なたんぱく質を多く含む食品です。味噌は発酵によって、大豆にはない少量のアミノ酸やビタミンなどが多量に生成され、栄養的にさらに優れたものになります。酵素によって加水分解され、たんぱく質はアミノ酸になり、その中には生命維持に不可欠な必須アミノ酸9種類がすべて含まれています。その他ビタミン、ミネラル、食物繊維、炭水化物など多くの栄養素を含む味噌。ひとつの食品でこれ程沢山の栄養を含むものは、他にありません。