

釜利谷地域ケアプラザ デイサービス通信

令和5年

5月

令和5年4月24日発行

発行責任者：今坂 多美子

編集責任者：鳥淵 まゆみ

お楽しみランチ

3月29日

100歳お祝御膳

- ・赤飯
- ・すまし汁
- ・エビフライ
- ・茶碗蒸し

4月9日

春のお楽しみランチ

- ・ジェノベーゼパスタ
- ・コンソメスープ
- ・サーモンフライ
- ・菜の花のお浸し
- ・イチゴムース

百寿



100歳のお誕生日会

3/29



昔からのお友達

HAPPY BIRTHDAY



おめでとう!!!

3/28 満100歳



仲良しトリオ



息子様と
2ショット

4月の制作/枝垂れ桜

デイサービス入口の正面の壁に飾られている、
枝垂れ桜の作品です。お花紙を小さく切って、形を整
え、それを繋げて作りました。ピンク色に染められ
た春らしい作品となりました。



5月の予定トピックス

セラピー犬が来てくれます。

抱っこさせてもらったり ナデナデと触らせて
もらったり、癒しのひと時です

(今後の予定 5/17 (水) 6/8 (木)

7/18 (火) 8/23 (水))



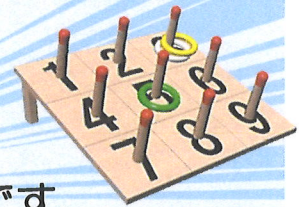
かまりやチャレンジカップ

5月の かまりやチャレンジカップ は



わなげ

です。



輪っかが入った棒の数字が得点となります。2投の練習後
6投げていただき、その合計で競います。

5日 (金) 7日 (日) 18日 (木) 23日 (火)

スパ釜利谷開店 ①5月5日



②5月14日

しょうぶ湯



夏みかん風呂

5月14日 (日) のスパ釜利谷は 夏みかん風呂
でゆっくり温まった後に『母の日スペシャルランチ』
をご用意します!!

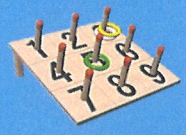
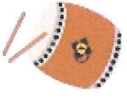
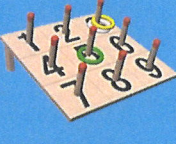
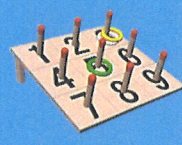
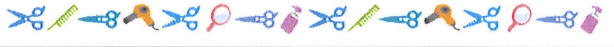
夏みかんの香りで爽やか気分!!

写真は去年の母の日スペシャルランチ



5月

釜利谷地域ケアプラザ予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
予定が変更 になること があります のでご了承 ください。	開所記念日 	そえじまさんと 工作サークル 	壁画づくり 	クイズde レクリエーション 	菖蒲湯 チャレンジカップ わなげ 	頭のストレッチ 脳活 
7	8	9	10	11	12	13
チャレンジカップ わなげ 	赤澤先生の 体操教室 	ゲームde レクリエーション 	そえじまさんと 工作サークル 	ペン習字 	赤澤先生の 体操教室 	ゲームde レクリエーション 
14	15	16	17	18	19	20
スパ釜利谷 夏みかん風呂 	気分爽快! 太鼓を叩こう 	頭のストレッチ 脳活 	ドッグセラピー 	チャレンジカップ わなげ 	香でリラックス アロマ 	クイズde レクリエーション 
21	22	23	24	25	26	27
日曜体操 	赤澤先生の 体操教室 	チャレンジカップ わなげ 	午後の コーヒー 	そえじまさんと 工作サークル 	赤澤先生の 体操教室 	壁画づくり 
28	29	30	31	 5月の散髪は 8日(月)・12日(金) 18日(木)・30日(火)です。 予約制になっております。 		
座ったままで 太極拳 	そえじまさんと 工作サークル 	気分爽快! 太鼓を叩こう 	クイズde レクリエーション 			

☆ホームページは活動の様子を中心に更新中

☆Instagramは毎日のお食事を更新中



<https://www.suminasu.or.jp/kamariya>

<https://www.instagram.com/kamariyaday/>

横浜市釜利谷地域ケアプラザ デイサービス

電話番号 045-788-2901

担当 : 棚田・鳥淵・相川



予定変更により振り替えや臨時利用をご希望の際はお気軽にご相談下さい。

チャレンジカップ 表彰式

1月「わなげ」 2月「ストラックアウト」 3月「座ってフリーキック」
3ヶ月の合計ポイントで優勝者が決まり、1位～3位の表彰式が行われました！

優勝 金メダル ⇒ ⇒
3種目（輪投げ、ストラックアウト、フリーキック）平均的に高得点を獲得され、優勝されました。



第3位 銅メダル

ストラックアウトは常にトップでした。

第2位 ⇒⇒ 銀メダル
すべての競技で常に2位をキープされていました



次回の表彰式は4月～7月の結果で、8月に行う予定です。

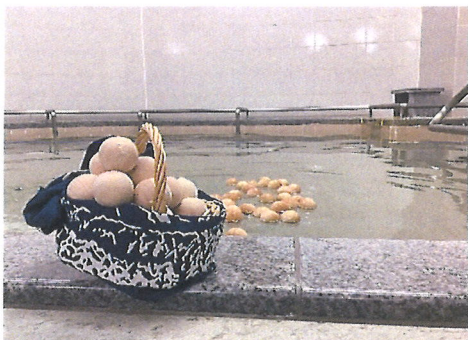
4月9日のスパ釜利谷

『ひのきの香り風呂』

効果効能

ひのきの香りの効能

- ・リラックス効果
- ・免疫力の向上
- ・脈拍を整える
- ・血圧を下げる
- ・脳の活動の鎮静化



檜のボールを浮かべて
香りを楽しんでいただきました。



おねがい

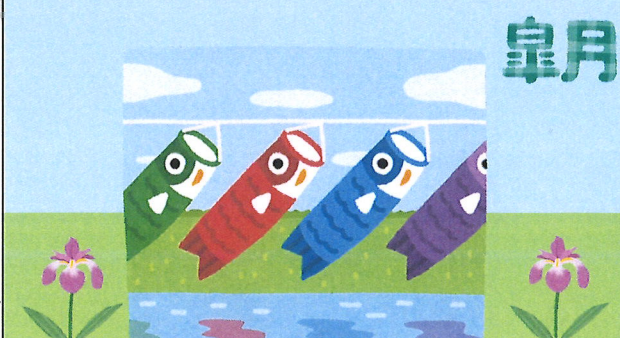


指輪等のアクセサリ類についてのお願いです。入浴中に湯舟の中で落ちてしまうことが何度かありました。
大切なものはデイに持参されないようお願い致します。

よろしく
お願いします



「釜利谷地域ケアプラザ」5月の献立

日	月	火	水	木	金	土
	1 開所祝いランチ  12Th	2 ごはん コンソメスープ 鶏肉の梅ソースがけ ちくわの炒め煮 スナッPEndウのピーナッツ和え ぶどうムース	3 ごはん 味噌汁 鯖のおろし煮 もやしとひき肉の炒め物 わかめの和え物 いちごゼリー	4 ごはん 中華スープ 塩麻婆豆腐 レンコン炒め 白菜の和え物 青りんごゼリー	5 カレーライス コンソメスープ フロッグソテー マヨ炒めマヨネーズ 春雨サラダ パイナップル	6 ごはん 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き 大根の煮物 胡瓜の塩昆布和え 白桃缶
	サブライズおやつ	お菓子盛り合わせ	人形焼き	チョコパイ	鯉のぼりまんじゅう	ロールケーキ(コーヒー)
7 ごはん 清まし汁 白身魚の塩麹焼き キャベツとツナのソテー さつま芋サラダ ピーチムース 水まんじゅう	8 ごはん 味噌汁 ポークチャップ 刻み昆布の煮物 カリフラワーサラダ りんご ワッフル	9 シーフードチャーハン 中華スープ 肉団子の煮物 チンゲン菜の和え物 杏仁豆腐 アイス風デザート(イチゴ)	10 ごはん 中華スープ 鶏肉のネギ塩だれ にんにくの芽炒め コーンサラダ マスカットゼリー お菓子盛り合わせ	11 ごはん 味噌汁 白身魚の煮付け 小松菜ソテー ツナマヨサラダ オレンジ 黒糖まんじゅう	12 ごはん コンソメスープ 回鍋肉 じゃがいもの煮物 小松菜の辛子和え グレープゼリー エクレア	13 ごはん 清まし汁 白身魚の南蛮漬け 大豆のトマト煮 胡瓜と竹輪のおかか和え キウイ 葛まんじゅう
14 母の日ランチ 	15 ごはん 中華スープ 鯖の味噌煮 キャベツとベーコンのソテー イタリアンサラダ パイナップル もみじまんじゅう	16 ごはん コンソメスープ 鶏肉のクリーム煮 れんこん金平 きゅうりサラダ みかん缶 スイートポテト	17 ごはん 味噌汁 鯖のバジルペーパー焼き かぼちゃの煮物 小松菜の和え物 りんご きんつば	18 ごはん 味噌汁 豚肉オイスター炒め 中華風煮浸し 冷奴 アセロラゼリー お菓子盛り合わせ	19 ごはん 清まし汁 鯉のゴマ焼き 白菜のそぼろ煮 人参サラダ 抹茶ババロア ロールケーキ(バナナ)	20 ごはん コンソメスープ 肉野菜炒め なすの煮物 水菜のメンマ和え キウイ みそパイまんじゅう
21 ごはん 中華スープ 鯉のムニエル 高野豆腐煮 カレー風味ポテトサラダ オレンジ やわらかようかん(梅)	22 ごはん コンソメスープ 豚肉の生姜焼き インゲンのソテー 大根サラダ 黄桃缶 ドームケーキ(カスタード)	23 ごはん 味噌汁 白身魚のバター醤油焼き じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草の生姜和え ババロア どら焼き	24 キーマカレーライス コンソメスープ ビーフンソテー キャベツサラダ メロンゼリー アイス風デザート(チョコ)	25 ごはん 味噌汁 白身魚のきのこあんかけ なすとピーマンの炒め マカロニサラダ パインムース お誕生日ケーキ(ダブルベリー)	26 ごはん コンソメスープ 鶏肉のレモンペーパー焼き キャベツの味噌炒め かぼちゃサラダ キウイ お誕生日ケーキ(モンブラン)	27 ごはん 清まし汁 鯖の塩焼き さつま芋の甘煮 水菜サラダ はちみつレモンゼリー お誕生日ケーキ(パイン&マンゴー)
28 ごはん コンソメスープ ロゼソテー ニククリームコロッケ 冬瓜の煮物 ひじきサラダ いちごムース お誕生日ケーキ(キャラメルナッツ)	29 ごはん コンソメスープ ほっけのみりん醤油焼き 里芋の味噌炒め きゅうりのキムチ和え 洋梨缶 お誕生日ケーキ(抹茶)	30 ごはん 中華スープ 豆腐ハンバーグ えび海鮮餃子 もやし和え りんご お誕生日ケーキ(イチゴ)	31 ごはん 清まし汁 鯉の味噌焼き 厚揚げの炒め物 れんこんサラダ ピーチゼリー お誕生日ケーキ(バイクドチーズ)	 皐月		

*都合によりメニューや食材が変更する場合があります。ご了承ください。