

Happy Birthday

2025年8月にお誕生日を迎えられた皆様の
この一年が幸福と健康に満ちた
日々でありますように。



M.E 様



Y.O 様



K.K 様



M.S 様



F.S 様



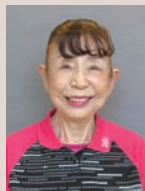
N.T 様



Y.T 様



Y.N 様



M.Y 様



T.W 様

Event

岸里のイベント紹介

■ フラダンス

ナレイラナキラのマアラヒ先生のスタジオの生徒さんたちがフラダンスをご披露くださいました。色鮮やかな衣装を身につけた皆さんが、軽やかなステップで踊る姿はとても華やかでした。特にゆったりとした手の動きで表現されているのが印象的で、一曲一曲に込められた想いが伝わってきました。



■ 外食昼食会

今月の昼食会は、旬の食材をふんだんに使った御膳をゆったりと楽しみに、美々卯 堺店に行きました。名物のうどんに加え、彩り豊かなお料理に「きれいな」「おいしいね」と笑顔で話され、夏を感じながら和やかなひとときを過ごされました。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ トレーシングピクチャー

今回は「中秋の名月」が題材の下絵を筆ペンでなぞって色を付けました。絵を丁寧にすることで手先の微細感覚が向上しますよ。好きな色を塗ることでリラックス効果もあります。出来上がった作品は9月のカレンダーとしてご自宅でご使用下さいね。



■ クッキング

今回は懐かしの「たこせん」作りに挑戦しました。バリバリのえびせんにソースやマヨネーズや青のりをかけたら出来上がりです。同じテーブルの人と「ソースはどのくらいがいいかな?」「これ、美味しそうだね」「どこか懐かしいね」とお話ししながら、みなさんで盛り上がりました。みなさんで作ったたこせんの味は普段よりずっと美味しく感じられた様子でした。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

9月の外出昼食会

堺の歴史・文化の魅力を発信する
「さかい利晶の杜」に併設されている
梅の花
さかい利晶の杜にて
季節の特別ランチ



開催日: 9月24日(水)

岸里11名、御陵前・林寺6名

料金: 6,900円

※写真はイメージです。料理の内容は当日変更となる場合がございます。
※申込後、9月17日以降にキャンセルした場合、キャンセル料が発生します。

※予定は変更になる場合がございます

日	月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)	
	1 ★🍷🎵 岸里介護士の 絵手紙 お月見 オムレツデミソース キャベツのゆかり和え 人参の炒め物 コンソメスープ 260kcal	2 ★🍷🎵 岸里介護士の 脳力トレーニング 相撲クイズ チキンメンチカツ 付)ナポリタン 里芋の含め煮、大豆煮 コンソメスープ 356kcal	3 ★🍷🎵 岸里介護士の トレーニングピックチャー ハロウィン 鯖の照焼 付)うぐいす豆 チンゲン菜のナムル 茄子の煮浸し、味噌汁 369kcal	4 ★🍷🎵 岸里介護士の 四季のお茶 ごぼう茶 はんぺんチーズサンド 付)ミックスベジタブルソテー マカロニとウィンナーのソテー うの花、すまし汁 277kcal	5 ★🍷🎵 岸里介護士の バースデーカラー 9月の誕生色 ポークカレーライス えびカツ 小松菜のごま和え 漬物 326kcal	6 ★🍷🎵 岸里介護士の トリビア 苗字について 野菜だんごの塩ちゃんこ カリフラワーの煮付 ほうれん草の煮浸し 味噌汁 159kcal	
7	8 巨峰の湯 ★🍷🎵 岸里介護士の 脳力トレーニング 相撲クイズ すき焼風煮 えんどうの炒め物 胡瓜の塩昆布和え 味噌汁 276kcal	9 巨峰の湯 ★🍷🎵 角田介護士の 四季の花 日本原産の花 白身魚の菊花あんかけ 山芋とほうれん草の柚子和え 根菜の味噌汁 梨 209kcal	10 巨峰の湯 ★🍷🎵 岸里介護士の 四季のお茶 ごぼう茶 冷やしぶっかけなめこそば 高野の含め煮 小松菜のごま和え 313kcal	11 巨峰の湯 ★🍷🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 里の秋 えびカツ 付)ミックスベジタブルソテー 里芋の含め煮 キャベツのゆかり和え すまし汁 273kcal	12 巨峰の湯 ★🍷🎵 岸里介護士の トリビア 苗字について チンジャオロース風炒め ほうれん草の菜種和え 麩のだし煮 中華スープ 225kcal	13 巨峰の湯 ★🍷🎵 大越看護師の 大人の雑学 野菜の雑学 かに玉あんかけ チンゲン菜のおかか和え ヒジキ煮 コンソメスープ 185kcal	
14	15 敬老の日 ★🍷🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 懐かしの名曲 赤飯、天ぷら、天つゆ 高野豆腐の玉子とじ おすまし ぶどうゼリー 393kcal	16 ★🍷🎵 岸里介護士の 絵手紙 お月見 豆腐ナゲット 付)ナポリタン 春巻、金平ごぼう コンソメスープ 361kcal	17 ★🍷🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 里の秋 クロック二種盛 付)ボイルいんげん 切干大根の煮付 胡瓜の塩昆布和え 味噌汁 273kcal	18 ★🍷🎵 岸里介護士の トレーニングピックチャー ハロウィン 白身魚のチリソース ヒジキ煮 チンゲン菜のおかか和え 中華スープ 211kcal	19 ★🍷🎵 大越看護師の 健康セミナー 膝の痛み ハンバーグ 付)しめじ 菜の花の和え物 人参の炒め物 コンソメスープ 260kcal	20 ★🍷🎵 岸里介護士の バースデーカラー 9月の誕生色 鮭の幽庵焼 付)うぐいす豆 小松菜のごま和え ちくわの磯辺焼き 味噌汁 215kcal	
21	22 巨峰の湯 ★🍷🎵 角田介護士の 四季の花 日本原産の花 つくね大葉巻 付)大根おろし 大豆煮、胡瓜の塩昆布和え コンソメスープ 274kcal	23 秋分の日 ★🍷🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 懐かしの名曲 酢豚 もやしの塩炒め 茄子の煮浸し 中華スープ 390kcal	24 巨峰の湯 ★🍷🎵 岸里介護士の クッキング おはぎ 鶏と厚揚げのオイスター煮 冬瓜の煮付 菜の花の和え物 すまし汁 242kcal	25 巨峰の湯 ★🍷🎵 岸里介護士の クッキング おはぎ 豚丼 チヂミ 人参の炒め物 中華スープ 281kcal	26 巨峰の湯 ★🍷🎵 大越看護師の 大人の雑学 野菜の雑学 けんちんそば 野菜入りつくね ほうれん草の菜種和え 326kcal	27 巨峰の湯 ★🍷🎵 大越看護師の 健康セミナー 膝の痛み 豚とキャベツのみそ炒め からし菜の炒め物 高野の含め煮 すまし汁 342kcal	
28	29 ★🍷🎵 岸里介護士の クラフトアート フラワーアレンジメント かに玉あんかけ 菜の花の煮浸し 切干大根の煮付 コンソメスープ 211kcal	30 ★🍷🎵 岸里介護士の クラフトアート フラワーアレンジメント 野菜だんごの塩ちゃんこ 冬瓜の煮付 茄子の煮浸し 味噌汁 253kcal	9月の行事ピックアップ 9月29日(月)、30日(火)は 「クラフトアート」です。 生花を使ったフラワーアレンジメントを 開催します。お楽しみに!				
9月のお風呂 巨峰の湯  ※第2、4週は季節のお風呂「巨峰の湯」		編集部コラム 重陽の節句は、桃の節句や端午の節句、七夕などとは並ぶ五節句の一つで、9月9日に行われる伝統行事です。旧暦では菊の花が咲く頃にあたるため「菊の節句」とも呼ばれ、長寿や健康を願う風習が伝わっています。当日は菊を飾ったり菊風呂に入ったりして、秋の季節を感じながら楽しむことができます。 			記号の見方 ★ 体操・機能訓練 🍷 ティータイム 🎵 カラオケ 📋 理容師来所の日		昼食メニューの見方 昼食メニューはメイン料理、小鉢2品を紹介しています。その他、みそ汁、すまし、スープのいずれかと、ご飯が付きます。 ※カロリー表示にはご飯分のカロリーは含まれておりません。

