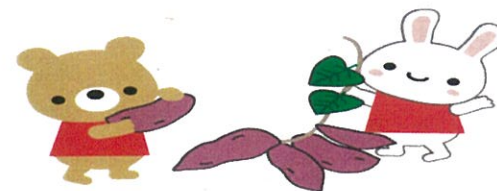




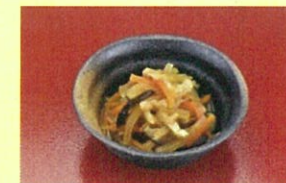
月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日
ご飯 ハンバーグステーキ キャベツとしいたけの煮浸し ひじきとれんこんのサラダ 味噌汁 パウムクーヘン	海鮮焼きそば しろなと豚肉の煮浸し 大根とコーンのごまドレサダ 味噌汁	ご飯 チンジャオロース かにシュウマイ 胡瓜とささみの甘酢和え 中華スープ	ご飯 あじの照り焼き ひき菜いり 【福島県郷土料理】 味噌汁 黄桃缶	ご飯 赤魚の焼き浸し 冬瓜の煮物 小松菜と平天のピーナッツ和え 豚汁	ご飯 豚肉の和風炒め あげまきの煮物 味噌汁 りんご缶
8日	9日	10日	11日	12日	13日
栗ごはん さけの柚庵焼き 里芋と油揚げの甘辛煮 しろなとしめじの ごま和え 味噌汁 きなごシフォンケーキ	ご飯 豚肉の塩ダレ炒め うまい菜と かんぴょうの煮浸し 味噌汁 柿	ぎつねうどん ごぼうと豚肉の味噌汁 ほうれん草としいたけの真砂和え	ご飯 煮込みハンバーグ 小松菜のじゃこ炒め ひじきと豆の マヨサラダ 味噌汁	吹き寄せ寿司 白菜と豚肉の煮浸し 味噌汁 マンゴー缶	ご飯 鶏肉の照り焼き れんこんと豚肉の炒り煮 ブロッコリーとツタの中華ドレサダ 味噌汁 鈴焼 アップルジュース
15日	16日	17日	18日	19日	20日
ご飯 かにコロッケ えびフライ キャベツと鶏肉の煮物 味噌汁 梨	ご飯 鶏肉のやわらか煮 卵豆腐 ほうれん草と人参の練りごま和え 味噌汁	秋の実りカレー 福神漬け らっきょう漬け キャベツとコーンのマヨサラダ フルーツ (バナナ・みかん缶)	ご飯 白身魚のハーブ焼き (オーロラソース) 冬瓜の炒め煮 小松菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 チキンカツ ごぼうとふきの煮物 大根とツタの和え 味噌汁	ご飯 焼きあじの南蛮漬け 白菜と鶏肉の煮物 しろなとかまぼこの豆乳和え 味噌汁 (さつまいも)
ぜんざい	パウンドケーキ	ワッフル	みたらし団子	動物ホットケーキ	
22日	23日	24日	25日	26日	27日
ご飯 肉団子の中華あんかけ 筍としいたけの煮物 キャベツとちくわの三杯酢和え 味噌汁 (えのき・しめじ) マンゴー缶 手作りココア シフォンケーキ	網野のばら寿司 ごぼうとれんこんの煮物 チンゲン菜と人参の塩ごまダレ和え 手作り茶碗蒸し	ご飯 鶏肉の塩麹蒸 切干大根とアキの煮物 味噌汁 (法蓮草・玉ねぎ) フルーツ	お好み焼き (豚肉) しろなと鶏肉の煮浸し 大根と人参のピーナッツ和え 味噌汁 (里芋・油揚げ)	ご飯 さけの南部焼き 梅尾煮 (とがのおに) ほうれんそうとちくわの生姜醤油和え 味噌汁 (大根)	チキンカレー 福神漬け カブとツタの ごまドレサダ ヨーグルト
手作り水ようかん	ふんわりきなこ餅	おしるこ	シフォンケーキ	手作りカフェ マドレーヌ	手作り酒まんじゅう
29日	30日	31日			
山菜卵とじそば 小松菜と鶏肉の煮浸し 白桃缶	ご飯 メンチカツ・ゆかり ごぼうと鶏肉の煮物 白菜のゆかり和え 赤だし	ご飯 三色稲荷の炊き合わせ キャベツのじゃこ炒め しろなとしめじのごま和え 味噌汁 (筍・あさり)			
手作り水ようかん	手作り紅茶 サンドケーキ				

アキールポスト

10月号



10月4日(木) 昼食 『ひき菜いり』 [福島県郷土料理]

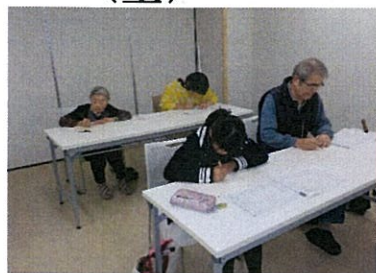


漢検

第4回アクイール漢字検定
が今年も開催されます
受験者は今から猛勉強。合格
目指して頑張りましたよう

チャレンジ漢字検定

試験日
10/27
(土)



ケアマネも受けてくれました

10月の予定

三	二	十	九	日
十	四	九	一	日
日	日	日	日	日
コ	善	3	蓄	ア
カ	の	8	音	コ
リ	会	会	機	ー
ナ				デ
				イ
				オ
				ン

今年9月24日が中秋の名月でした。
みんなでお団子の前で記念撮影。



中村先生のお話しに食い入るよう
に聴き入る生徒たち。仕事の楽し
さ、やりがいも伝えてきました

働く大人講話会

我孫子中学校に伺い、生徒た
ちに働くことの意義や勤労
の大切さを伝えてきました。
将来、一緒にアクイールを支
えていきましょうね。

今年もお祝い申し上げます

今年もアクイールデイサービスで敬
老会を行いました。お陰様で利用者
様も増えたので今年はお祝いの方
がたくさんいました。渡邊施設長から
記念品の写真プレートを手にする
と皆一斉に笑顔になりました。頂けま
した。敬老会第二部はサンパチ会
の皆様による催し物。少し季節が
ずれてしまったフラダンス、手話
を交えた童謡を披露してくれました。
アクイールに長く通っていただ
いっている方には恒例のお揃いの
記念品はお守り型ネームプレート
です。今年も職員が四苦八苦し
ながら作成しました。いつまでも
もおげんきでいられるようにと願
いを込めています。これからも
アクイールに通ってたくさんの方
の記念品を集めて下さいね



渡邊施設長からの記念品
にやや緊張気味



サンパチ会のキレ
キレフラダンス



ネーム入りお守り
お揃いの記念品は
今年で5作目

皆勤賞

石島スエノ様	岡部治子様	金子秀夫様	久保ひろみ様	穴倉ふみ子様	関谷節子様
中村清子様	中柴健子様	新見沙戸様	増田沙戸様	松丸タカ様	公子様

HAPPY BIRTHDAY

川村光幸様
近藤一幸様
高橋千枝様
樹則様



いつまでもお元気で