

アクイールポスト 11 月号



近所の保育園児と交流会。子供達のパワーに力をもらいました

10月はたくさんのボランティアの方が来てくれました。阿波踊り、社交ダンス、劇団とバラエティー豊かでしたね。



月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				ご飯 あじの山椒煮 大根と 鶏肉の炒め物 胡瓜と錦糸卵の 甘酢和え 味噌汁(玉ねぎ) レモンシフォンケーキ	ご飯 鶏肉のオニオン ソース煮 卵の花 ほうれん草と ちりめんのごま和え 味噌汁(かぼちゃ) 鈴焼 飴湯
4日	5日	6日	7日	8日	9日
ご飯 鶏肉のマリネソース焼き 煮じゃあ(佐賀県) しろなの真砂和え 味噌汁(豆腐)	味噌ラーメン かにシューマイ 胡瓜のレモン酢和え	ご飯 かれのい鳴門煮 ほうれん草とベーコン のソテー キャベツとパプリカの ごま風味ドレッシング 味噌汁(絹揚げ)	豚肉と豆のカレー 福神漬け・らっきょう マカロニとアスパラの アイランドドレッシング ヨーグルト ・	ご飯 鶏肉の梅風味焼き 山芋としいたけの煮物 チンゲン菜とちくわの からし醤油和え 味噌汁(もやし)	ご飯 さけの西京焼き 白菜と油揚げの ピーナッツ和え すまし汁 金時豆煮
黒ゴマみたらし団子	キャラメルパウンド	雅桃山 上新あん	抹茶シフォンケーキ	チョコプリン	栗あん饅頭
11日	12日	13日	14日	15日	16日
ゆかりご飯 さんまの生姜煮 大根と平天のごま和え 味噌汁(かぼちゃ) フルーツ(黄桃缶)	ご飯 カツジ煮 うまい菜と ちりめんを煮浸し 味噌汁(おくら) 白菜のあっさり和え	ミートスパゲッティ しろなと卵のソテー さつまいもと レーズンのサラダ コンソメスープ	ご飯 白身魚のハーブ焼き ふかしじゃがいも 味噌汁(ほうれん草) マンゴー缶	ねぎとろ井 チンゲン菜と えのきの塩ごまダレ和え 茶碗蒸し とう六豆煮	ご飯 牛肉のすき煮 えび風味焼き たたき胡瓜 味噌汁(玉ねぎ)
サンドケーキ	カルシウム煎餅 紅茶	パウンドケーキ	動物ホットケーキ	ミルクまんじゅう	ワッフル
18日	19日	20日	21日	22日	23日
ハヤシライス 福神漬け ブロッコリーと 仏のマヨサラダ ヨーグルト	ご飯 差路美魚の唐揚げ とがのおに チンゲン菜と かまぼこのごま和え 味噌汁	ご飯 鶏肉の豆鼓蒸し ほうれん草と かんぴょうの煮浸し 味噌汁(大根) 杏仁豆腐	ご飯 赤魚の西京焼き 大豆と小エビの煮物 カリフラワーと コーンのアイランドドレッシング すまし汁	炊き込みご飯 ホッケの塩麹焼き 高野豆腐のさいころ煮 胡瓜の甘酢和え 味噌汁(さつまいも)	親子丼 白菜と豚肉の 塩だしとろみ炒め ブロッコリーと 卵のフレンチドレッシング 味噌汁(もやし)
ファンシーケーキ	きなこシフォンケーキ	酒まんじゅう	ほうじ茶プリン	紅茶パウンドケーキ	おしるこ
25日	26日	27日	28日	29日	30日
ご飯 鶏肉のにんにく 醤油焼き かぼちゃの含め煮 もやしと油揚げの 酢味噌和え とろろ汁 ミルク饅頭	ちらし寿司 キャベツと鶏肉のソテー 味噌汁(えのき) マンゴー缶	ご飯 メンチカツ、唐揚げ 白菜とア油揚げの煮びたし 味噌汁(もやし) 高菜炒め	お好み焼き 大根と豚肉の塩煮 白菜と人参の練りごま和え 味噌汁(じゃがいも)	ご飯 鶏肉のにんにくグリル うまい菜と 油揚げの炒め煮 赤だし 黄桃缶	京風たぬきうどん 山芋と豚肉の煮物 ほうれん草と 人参のピーナッツ和え マドレーヌ
	チョコ グレープジュース	みたらし団子	ココアシフォンケーキ	抹茶しぐれ	

11月4日(月) 昼食 『煮じゃあ』【佐賀県郷土料理】



煮じゃあとは佐賀県の郷土料理で、海の物と山の物が入った煮物です。

お祝いの席で出されることが多く、おもてなし料理として振舞われています。

地域や家庭によって使われる食材は様々なようです。

今回はナリコマオリジナルの「煮じゃあ」をぜひお楽しみ下さい。

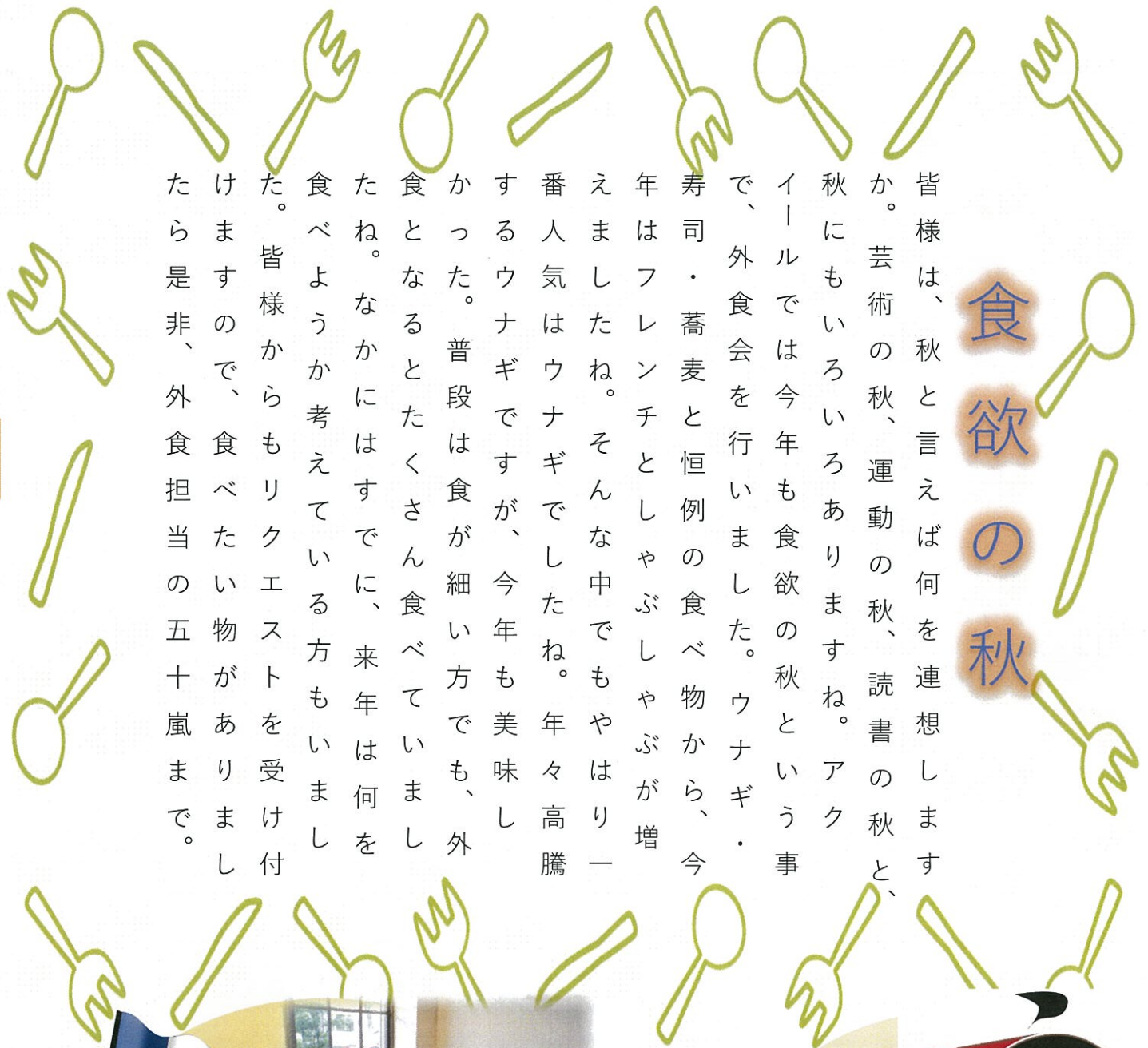
今年で五回目となる漢字検定を二十六日に行いました。今年の参加者の最年少は七歳。最年長は九十二歳。『緊張して眠れなかったあ』と言う方もいましたね。当日はみんな真剣な眼差しで頑張っていました。終了すると『疲れたア』と背伸びしていました。結果は一月後。全員合格をお祈りします。

漢検



食欲の秋

皆様は、秋と言えば何を連想しますか。芸術の秋、運動の秋、読書の秋と、秋にもいろいろありますね。アキールでは今年も食欲の秋という事で、外食会を行いました。ウナギ・寿司・蕎麦と恒例の食べ物から、今年はフレンチとしゃぶしゃぶが増えましたね。そんな中でもやはり一番人気はウナギでした。年々高騰するウナギですが、今年も美味しくいただきました。普段は食が細い方でも、外食となるとたくさん食べていますね。なかにはすでに、来年は何を食べようか考えている方もいました。皆様からもリクエストを受け付けますので、食べたい物がありまして是非、外食担当の五十嵐まで。



今年も感謝祭を行います。

12月14日 (土)

ご家族、ご近所の方にもお声掛けして下さい。たくさんの方の参加をお待ちしています。

アクイール体操教室

体操の先生と一緒に、月に一度身体を動かしています。ご家族の方も参加できますので、普段の疲れをほぐしに来ませんか？次回は11月26日に行います。

職員向け介護者向けの体操もありますよ



11月の予定

中旬	二八日	二七日	二六日	二十九日	十七日	十六日
外食	(木)	(水)	(火)	(火)	(木)	(水)
まだ行けてない方	フラダンス	カラダナ	健康体操	盆踊り	蓄音機	アコーディオン

HAPPY BIRTHDAY

山田千恵子様	古萱しづ子様	丸尾千鶴子様	小玉秋男様	今泉佳子様	井上久之助様	櫻井和己様
建部直子様	中村清子様	吉濱佳子様	吉川一夫様	宗竹良樹様	平川利男様	

賞状

川村光幸様	O・E様
山崎美智子様	児嶋千代様
	平野和子様



フレンチ女子会。普段よりも上品に召し上がりました



今年のウナギは3千7百円でもやっぱり美味しかった。みんなキレイに完食でした。



ぐうぜんにもしゃぶしゃぶ祭りで、盛りだくさんのお肉。すぐにお肉が無くなりましたね。

