

## 《 インフルエンザ予防 》

インフルエンザ予防接種は感染を完全に防ぐものではありません。インフルエンザの予防接種は、感染したあとに発症することを抑えたり、もっとも大きな効果は重症化を予防する効果です。  
インフルエンザに感染することと発症することには大きな違いがあります。感染とは、ウイルスなどが体内に入り細胞に侵入して細胞内で増殖し始めることをいいます。発症では、感染後にしばらく時間が経って発熱や、痛みや咳などの症状が出てくることをいいます。  
厚生労働省の発表では、インフルエンザワクチン株とその年の流行ウイルスが一致した場合、特に65歳未満の成人においては高い効果を示す研究結果が出ています。

\*\*\* 65歳以上の方 \*\*\*



流行ウイルスが予防接種のワクチン株と異なった場合、予防としての効果は減りますが、重症化を防ぐ点では効果的といわれています。  
インフルエンザの予防接種は接種直後からすぐに抗体が作られるわけではありません。予防効果が期待できるのは、接種した2週間後から約5か月程度とされています。さらに、インフルエンザウイルスは変異するおそれがあり、流行する型もシーズンによって異なるため、予防接種は毎年受ける必要があるのです。

## 《 千葉県福祉機器展 》

千葉県福祉機器展に参加いたしました。福祉の今を伝える最新の福祉車両、歩行支援の移動機器、ロボット・IT技術応用の福祉機器関連などが展示され興味深いものがありました。作品展示の部で皆さんが作成された作品を展示させていただきました。



## 《 三味線演奏会 》

11/17(土)「清風会」の皆様による、津軽三味線の演奏会を開催しました。限りのある時間の中で7曲演奏していただきました。一番盛り上がったのは「津軽じょんがら節」です。皆さん、真剣に耳を傾け演奏が終わった時はその日一番の拍手が巻き起こりました！また、炭坑節ではみんなで手拍子・足拍子でした♪



## 《 足湯 》



## 《 ちょっと体操の時間 》



## 《 年末年始のご利用について 》

いつもご利用頂き、ありがとうございます。  
デイサービスセンターアコモードは年中無休です。年末年始も変わらず営業させていただきます。ご利用日の変更などありましたら早めにケアマネ、もしくはデイサービスにご連絡下さい。  
毎年、年末年始はご利用の曜日変更の希望や問い合わせが多々ございます。そのため、申し訳ありませんが、朝のお迎えのお時間が日によって早くなったり遅くなったりすることがございます。ご理解・ご協力をお願いいたします。

## 《 緊急でお休みや追加利用のご連絡は... 》

ご連絡が行き違いや遅れて伝わる事がございます。緊急でお休みや追加利用希望の際はケアマネではなくアコモードデイサービスに電話でご連絡下さい。

《 電話 : 04-7189-5201 デイサービス宛て 》

## 《 悪天候時の送迎について 》



昨年もありましたが、台風や雪などの悪天候により送迎時間や帰宅の時間に大きな変更がある場合がございます。事前にご連絡ができれば良いのですが、当日の連絡になる場合もございます。ご家族様にはご迷惑をお掛けいたしますが安全第一の為、ご協力をお願いいたします。

2018

☆ 12月のご案内 ☆

24・25 クリスマス会、27・28紅白歌合戦

| 日               | 月                 | 火             | 水                | 木                  | 金     | 土                   |
|-----------------|-------------------|---------------|------------------|--------------------|-------|---------------------|
|                 |                   |               |                  |                    |       | 1<br>サッカー大会         |
| 2               | 3                 | 4             | 5                | 6                  | 7     | 8                   |
| マッサージ<br>お楽しみ風呂 | 的抜き大会<br>お楽しみ風呂   | 洗濯物干しゲーム      | カラオケ教室<br>お楽しみ風呂 | 音楽生演奏              | 喜の会   | 的当て大会<br>お楽しみ風呂     |
| 9               | 10                | 11            | 12               | 13                 | 14    | 15                  |
| マッサージ<br>お楽しみ風呂 | 音楽生演奏             | 的入れ大会<br>書道教室 | 蓄音機演奏会           | 被ってジャンケン           | 音楽生演奏 | エレークoon演奏<br>お楽しみ風呂 |
| 16              | 17                | 18            | 19               | 20                 | 21    | 22                  |
| マッサージ<br>お楽しみ風呂 | ゴルフコンペ            | スリッパ飛ばし       | カラオケ教室<br>お楽しみ風呂 | バスケットボール<br>お楽しみ風呂 | 三八一座  | 輪投げ大会               |
| 23 / 30         | 24 / 31           | 25            | 26               | 27                 | 28    | 29                  |
| マッサージ<br>お楽しみ風呂 | クリスマス会<br>じゃんけん大会 | クリスマス会        | お手玉ツムツム          | 紅白歌合戦              | 紅白歌合戦 | イントロ・ドン             |

今月の歌

今日は今日 明日は明日  
思い煩いても どうにもならず  
いずこ おと  
何処より訪ひきたる 哀しみか  
おと あき ひび する  
音なき秋の 韻き著けし

A・Y様

K・Y様

# アコモード デイサービス 平成30年12月



| 曜日  | 月                                                                   | 火                                                                                                                                                       | 水                                                                   | 木                                                                    | 金                                                                                                                                                  | 土                                                               | 日                                                                                                                                      |
|-----|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日付  |                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                    | 1                                                               | 2                                                                                                                                      |
| 昼   |                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                    | <b>御飯</b><br>焼き肉風炒め<br>あげまきの煮物<br>ほうれん草のピーナツ和え<br>味噌汁(とろろ昆布・花魁) | <b>御飯</b><br>赤魚の鳴門煮<br>チンゲン菜と豚肉の炒め物<br>味噌汁(絹揚げ・白ねぎ)<br>りんご缶                                                                            |
| 15時 |                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                    | 抹茶プリン                                                           | いちごバウンドケーキ                                                                                                                             |
| 日付  | 3                                                                   | 4                                                                                                                                                       | 5                                                                   | 6                                                                    | 7                                                                                                                                                  | 8                                                               | 9                                                                                                                                      |
| 昼   | <b>木の葉井</b><br>切干大根と豚肉の煮物<br>胡瓜とささみの酢の物<br>味噌汁(キャベツ)                | <b>御飯</b><br>白身魚のムニエル<br>れんこんと鶏肉の煮物<br>マカロニサラダ<br>味噌汁(ほうれん草・人参)                                                                                         | ちらし寿司(柚子風味)<br>小松菜の三色煮浸し<br>手作り茶碗蒸し<br>白桃缶                          | <b>御飯</b><br>豚肉の味噌マヨ炒め<br>高野豆腐の煮物<br>ブロッコリーとツナの大葉ドレサダ<br>すまし汁(春菊・花魁) | <b>御飯</b><br>湯葉ひらうずの炊き合わせ<br>うまい菜と鶏肉の炒め物<br>味噌汁(白菜・しいたけ)<br>マンゴー缶                                                                                  | <b>御飯</b><br>鶏肉の塩麴蒸し<br>絹揚げと豚肉の煮物<br>かまぼこの土佐酢和え<br>味噌汁(あさり・玉ねぎ) | <b>御飯</b><br>肉団子のべっこうあんかけ<br>ごぼうとふきの煮物<br>スパゲティサラダ<br>赤だし(茎わかめ・筍)                                                                      |
| 15時 | 鈴焼き                                                                 | マドレーヌ                                                                                                                                                   | ミルク餅                                                                | 黒糖まんじゅう                                                              | 動物ホットケーキ                                                                                                                                           | ペアプチシュー                                                         | きなこシフォンカップケーキ                                                                                                                          |
| 日付  | 10                                                                  | 11                                                                                                                                                      | 12                                                                  | 13                                                                   | 14                                                                                                                                                 | 15                                                              | 16                                                                                                                                     |
| 昼   | <b>炊き込み御飯</b><br>ホッケの塩焼き<br>高野豆腐のサイコロ煮<br>白菜と平天のピーナツ和え<br>味噌汁(かぼちゃ) | ちゃんぽん麺<br>しろなとしいたけの煮浸し<br>フルーツ(バイン缶・白桃缶)<br>味噌汁(おくら・おつゆ魁)                                                                                               | <b>御飯</b><br>マンチウ・かにコロケ<br>つぶつぶ(長野県郷土料理)<br>味噌汁(おくら・おつゆ魁)<br>ピーマン漬け | キーマカレー<br>福神漬<br>キャベツとコーンのマヨサラダ<br>フルーツ                              | <b>御飯</b><br>さばの味噌煮<br>いかふくさ焼き<br>胡瓜とささみのごま酢和え<br>すまし汁(えのき・しいたけ)                                                                                   | 牛すき丼<br>大根と小えびの炒め物<br>アスパラと平天の香味和え<br>味噌汁(さつまいも)                | <b>御飯</b><br>白身魚のグリル<br>ほうれん草と豚肉の炒め煮<br>味噌汁(白菜)<br>たくあん                                                                                |
| 15時 | ほうじ茶プリン                                                             | ミルクまんじゅう(こしあん)                                                                                                                                          | 紅茶バウンドケーキ                                                           | クリームコンフェ                                                             | カフェマドレーヌ                                                                                                                                           | おしるこ                                                            | ぼたぼた焼き                                                                                                                                 |
| 日付  | 17                                                                  | 18                                                                                                                                                      | 19                                                                  | 20                                                                   | 21                                                                                                                                                 | 22                                                              | 23                                                                                                                                     |
| 昼   | <b>お好み焼き(豚肉)</b><br>うまい菜と鶏肉の煮浸し<br>味噌汁(おくら・巻魁)<br>白桃缶               | <b>御飯</b><br>さわらの油揚げ焼き<br>筍と豚肉の味噌煮<br>ほうれん草と油揚げの豆乳和え<br>すまし汁(しいたけ・人参)                                                                                   | 五目うどん<br>白菜と豚肉の炒め煮<br>たたきごぼう                                        | <b>御飯</b><br>豚肉の山椒煮<br>卵の花<br>ブロッコリーのごまドレサダ<br>味噌汁                   | さけと卵の二色丼<br>茎わかめと絹揚げの煮物<br>白菜とかまぼこのナムル<br>味噌汁(玉ねぎ・しろな)                                                                                             | <b>御飯</b><br>さばの塩焼き<br>かぼちゃの含め煮<br>もやしとアスパラのごま和え<br>味噌汁(豆腐)     | <b>御飯</b><br>煮込みハンバーグ<br>マカロニサラダ<br>味噌かきたま汁<br>フルーツ(洋なし缶・黄桃缶)                                                                          |
| 15時 | サンドケーキ(栗入り)                                                         | 柿ミックスゼリー                                                                                                                                                | ミルクまんじゅう                                                            | みたらし団子                                                               | コアシフォンカップケーキ                                                                                                                                       | きなこ餅                                                            | 黒糖水ようかん                                                                                                                                |
| 日付  | 24                                                                  | 25                                                                                                                                                      | 26                                                                  | 27                                                                   | 28                                                                                                                                                 | 29                                                              | 30                                                                                                                                     |
| 昼   | <b>御飯</b><br>さんまの焼き浸し<br>れんこんと油揚げの煮物<br>ほうれん草の真砂和え<br>味噌汁           | オムライス(ケチャップ)<br>スパイスチキン<br>コンソメスープ<br>みかん缶                                                                                                              | <b>御飯</b><br>豚肉の塩ダレ炒め<br>チンゲン菜の煮浸し<br>手作りごま豆腐<br>すまし汁(ソーメン)         | <b>御飯</b><br>あじの若狭焼き<br>白菜と油揚げの炒め煮<br>味噌汁(大根)<br>フルーツ                | <b>御飯</b><br>白身魚のハーブ焼き<br>里芋と鶏肉の煮物<br>チンゲン菜の練りごま和え<br>味噌汁(あさり・ごぼう)                                                                                 | <b>御飯</b><br>肉団子の中華あんかけ<br>うまい菜の煮浸し<br>味噌汁(キャベツ)<br>かつお練り梅      | <b>御飯</b><br>鶏肉のさっぱり煮<br>白菜とかいかのとりみ炒め<br>味噌汁<br>胡瓜の浅漬け                                                                                 |
| 15時 | カルシウムせんべい                                                           | サンドケーキ                                                                                                                                                  | ぜんざい                                                                | ワッフル                                                                 | 雅桃山                                                                                                                                                | 手作りプリン                                                          | チョコマドレーヌ                                                                                                                               |
| 日付  | 31                                                                  |                                                                                                                                                         |                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                    |                                                                 |                                                                                                                                        |
| 昼   | <b>ポークカレー</b><br>福神漬<br>キャベツとツナのサラダ<br>ヨーグルト                        | 12月12日(金) 昼食 『つぶつぶ』 [長野県郷土料理]<br>“つぶつぶ”とは、里芋やれんこん、ごぼうなどの野菜を粒のように小さめに切って煮た長野県松代町の郷土料理です。家庭ごとに異なる具材も違うようので、だいたい10種類くらいの具材を煮込むそうです。アコモードオリジナルのつぶつぶをご賞味下さい。 |                                                                     |                                                                      | 12月22日(土) 昼食 『冬至』<br>冬至は、太陽の位置が1年で最も低くなり、日照時間も最も短くなる日です。冬至に南瓜を食べるのは風邪を引かない、金運を折願するという意味があるそうです。まだまだ寒い日が続きますが、栄養たっぷりの南瓜を食べて元気を付けて風邪を引かないようにしてくださいね。 |                                                                 | 12月25日(火) 昼食 『クリスマス』<br>クリスマスはイエス・キリストが生まれたお祝いの日です。今年は、唐揚げにカレーソースを絡ませ、しっとり食べやすい新商品のスパイスチキンをご用意しました。クリスマスメニューにあわせ、ほのかにカレーのスパイスを効かせています。 |
| 15時 | バウンドケーキ                                                             |                                                                                                                                                         |                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                    |                                                                 |                                                                                                                                        |

## \*\*\* ご相談ください \*\*\*

|         |                                                              |
|---------|--------------------------------------------------------------|
| 夕食サービス  | 定期的な夕食サービス希望者の方に、出来立てのお弁当をご用意しています(要契約)1食380円です。(昼食は400円です)  |
| 延長・短縮   | ご都合に応じて、ご利用出来ます。前日までにご連絡ください。                                |
| 急なお泊り   | 特養でのショートステイが可能です(ベッドの空きにより)。                                 |
| 急なご利用の時 | その日の朝、ご連絡をいただいてもご利用出来ます(8:30~17:30)。但し昼食が広報のメニューと異なる事がございます。 |
| 年中無休    | 日曜日、年末年始やゴールデンウィーク等ご利用出来ます。                                  |
| 毎日のリハビリ | おしゃべりしながら楽しくリハビリ                                             |
| 編み物・書道  | 毎月、色々なボランティア様が来苑されています。                                      |
| カラオケ    | カラオケ教室の他、毎日皆さんに楽しんでいただいています。                                 |
| 地域との交流会 | 積極的に、地域の交流会に参加させていただいています。                                   |
| 急なお休みの時 | 当日の朝、8:30までにご連絡頂ければキャンセル料はございません。                            |

