

令和3年

5月

アクイールポスト

Acueil Post
 デイサービスセンターアクイール
 我孫子市岡発戸1498
 ☎04-7165-6511

5月の壁面「藤の花とシロツメ草」

鮮やかな藤棚が出来上がりました。
 きれいですね～テイの中にてんとう虫何匹いるでしょうか？



アクイールの鯉のぼりも気持ちよ

さそうに泳いでいます。



曜日	月	火	水	木	金	土
日付						1
昼食	5月1日(土)おやつ 【抹茶わらび餅(抹茶きなこ添え)】  八十八夜とは、立春から88日目の事をいいます。春から夏に移り変わる節目の日、縁起のいい日と言われています。八十八夜に新茶や一番茶を飲むと長生きできると考えられています。ナリコマの八十八夜のおやつは抹茶をふんだんに使った抹茶わらび餅です。わらび餅だけでなくきな粉にも抹茶が含まれています。		5月5日(水)昼食 こどもの日【オムライス】  こどもの日は端午の節句である5月5日に制定されています。子どもたちの幸せと母への感謝の日としています。本来は男の子のための日でしたが、今では子どもたちみなをお祝するようになりました。ナリコマのこどもの日メニューは子どもから大人まで人気の高いオムライスです。			御飯 かわいいの山椒煮 もやしと豚肉の炒め物 いんげんとコーンの和え物 味噌汁(里芋・えのき) 手作り抹茶わらび餅(抹茶きなこ添え) ㎏:521kcal 蛋白:28.7g 脂質:13.9g 食塩:2.48g
おやつ						㎏:62kcal 蛋白:0.7g 脂質:0.4g 食塩:0.02g
日付	3	4	5	6	7	8
昼食	御飯 豚肉ともやしの野菜炒め かにシューマイ 胡瓜とかまぼこのピリ辛和え 赤だし(大根・しいたけ) ㎏:610kcal 蛋白:21.1g 脂質:25.7g 食塩:2.80g	御飯 焼きあじの南蛮漬け 大根と鶏肉の炒め物 キャベツとなめこのお浸し 味噌汁(あさり・油揚げ) ㎏:532kcal 蛋白:27.4g 脂質:14.0g 食塩:3.05g	オムライス(野菜ソース) エビフライ(レモンタルソース) コンソメスープ(セロリ・コーン) 手作りメロンゼリー ㎏:659kcal 蛋白:21.3g 脂質:21.6g 食塩:3.40g	御飯 さばの西京焼き ほうれん草と鶏肉のソテー キャベツとちくわの塩レモンサラダ すまし汁(豆腐) ㎏:560kcal 蛋白:23.1g 脂質:22.3g 食塩:1.73g	お好み焼き(豚肉) しろなと鶏肉の炒め物 味噌汁(ごぼう・えのき) フルーツ(バナナ・白桃缶) ㎏:509kcal 蛋白:16.5g 脂質:27.4g 食塩:4.13g	御飯 さげの南部焼き 切干大根の煮物 いんげんの塩麹ドレ和え 孟宗汁(山形県郷土料理) ㎏:515kcal 蛋白:24.9g 脂質:14.5g 食塩:2.47g
おやつ	㎏:73kcal 蛋白:1.6g 脂質:2.8g 食塩:0.06g	手作りキャラメルパウンドケーキ(バナナ) ㎏:148kcal 蛋白:1.7g 脂質:9.0g 食塩:0.16g	かしわもち ㎏:101kcal 蛋白:1.6g 脂質:0.2g 食塩:0.04g	手作りコーヒゼリー(ホイップクリーム添え) ㎏:50kcal 蛋白:0.2g 脂質:1.4g 食塩:0.02g	みるくまんじゅう ㎏:125kcal 蛋白:0.6g 脂質:1.2g 食塩:0.33g	シルベース ㎏:108kcal 蛋白:1.4g 脂質:6.8g 食塩:0.04g
日付	10	11	12	13	14	15
昼食	御飯 焼き肉風炒め たこふくさ焼き キャベツとピーマンの中華サラダ 味噌汁(かぼちゃ) ㎏:605kcal 蛋白:24.0g 脂質:23.7g 食塩:2.07g	ぎつねそば 里芋の鶏そぼろ煮 カリフラワーとツナのごまドレサラダ ㎏:533kcal 蛋白:22.2g 脂質:13.1g 食塩:5.46g	大豆と鶏肉のキーマカレー マカロニサラダ フルーツ(白桃缶・みかん缶) ㎏:571kcal 蛋白:16.3g 脂質:20.2g 食塩:1.98g	御飯 ホキのグリル(コンソメソース) 枝豆とベーコンの塩バターソテー チンゲン菜としめじの和え物 味噌汁(もやし・人参) ㎏:455kcal 蛋白:20.7g 脂質:11.2g 食塩:2.05g	親子丼 ごぼうと油揚げの炒め煮 味噌汁(じゃがいも・しいたけ) 洋なし缶のオレンジジュレ ㎏:553kcal 蛋白:21.6g 脂質:9.8g 食塩:2.50g	御飯 豚肉の筑前煮 豆腐の梅ダレかけ 胡瓜の和風香味し和え 味噌汁(おくら・巻麹)りこ風味 ㎏:578kcal 蛋白:20.3g 脂質:20.6g 食塩:2.43g
おやつ	いちごクレープ ㎏:69kcal 蛋白:0.3g 脂質:2.1g 食塩:0.00g	手作り水ようかん ㎏:49kcal 蛋白:2.2g 脂質:0.1g 食塩:0.04g	手作りスイートポテト ㎏:73kcal 蛋白:1.1g 脂質:1.6g 食塩:0.06g	手作り黒糖まんじゅう(白あん) ㎏:128kcal 蛋白:0.8g 脂質:0.3g 食塩:0.08g	手作り紅茶パウンドケーキ ㎏:170kcal 蛋白:2.1g 脂質:11.3g 食塩:0.12g	ミニたい焼き(あんこ) ㎏:96kcal 蛋白:2.1g 脂質:0.4g 食塩:0.24g
日付	17	18	19	20	21	22
昼食	サンマメン(神奈川県郷土料理) いんげんとコーンのピーナツドレサラダ 杏仁豆腐(ココの実) ㎏:493kcal 蛋白:16.8g 脂質:14.6g 食塩:3.63g	御飯 とんかつ(おろしあん) ひじきと平天の炒り煮 味噌汁(里芋・玉ねぎ) きざみ高菜 ㎏:563kcal 蛋白:16.5g 脂質:19.6g 食塩:2.67g	御飯 かわいいの魚田(田楽味噌) 切干大根と鶏肉の煮物 かぼちゃのサラダ すまし汁(わかめ・人参) ㎏:478kcal 蛋白:27.7g 脂質:7.8g 食塩:2.79g	御飯 鶏チリ 白菜とちりめんの煮返し 味噌汁(しろな・ちくわ) フルーツ(マンゴー缶・バナナ) ㎏:572kcal 蛋白:19.6g 脂質:20.0g 食塩:1.99g	ちらし寿司 鶏肉と絹揚げの煮物 しろなとなめこの和え物 味噌汁(大根・玉ねぎ)麦白味噌仕立て ㎏:465kcal 蛋白:22.4g 脂質:9.6g 食塩:3.05g	御飯 白身魚のピカ(ソース) いかふくさ焼き とろろの梅和え 味噌汁(もやし・大根葉)りこ風味 ㎏:475kcal 蛋白:26.5g 脂質:8.0g 食塩:2.35g
おやつ	アップルシュー(チョコ・カスタード) 手作りマドレーヌ ㎏:77kcal 蛋白:1.3g 脂質:5.6g 食塩:0.07g	手作りマドレーヌ ㎏:146kcal 蛋白:2.0g 脂質:7.8g 食塩:0.22g	手作りわらび餅(黒蜜) ㎏:27kcal 蛋白:0.1g 脂質:0.0g 食塩:0.03g	手作りプリン(カラメルソース) ㎏:119kcal 蛋白:4.6g 脂質:5.1g 食塩:0.12g	手作りよぎまんじゅう ㎏:116kcal 蛋白:3.5g 脂質:0.3g 食塩:0.06g	手作りきこソフマフィン ㎏:106kcal 蛋白:2.8g 脂質:4.9g 食塩:0.11g
日付	24	25	26	27	28	29
昼食	御飯 さばの味噌煮 卵の花 胡瓜のレモン酢和え かきたま汁 ㎏:573kcal 蛋白:20.5g 脂質:24.6g 食塩:2.05g	あさり御飯 鶏肉の梅風味焼き 筍とふきの炒り煮 ブロッコリーとちくわのピーナツ和え 味噌汁(白菜・大根葉) ㎏:473kcal 蛋白:22.2g 脂質:12.6g 食塩:3.95g	御飯 さわらの鳴門煮 チンゲン菜と鶏肉の炒め物 キャベツの塩麹ドレサラダ 味噌汁(里芋・白ねぎ) ㎏:473kcal 蛋白:23.6g 脂質:11.4g 食塩:2.75g	稲荷寿司 あんかけ卵とじうどん れんこんと昆布の煮物 バイン缶の紅茶ジュレ ㎏:521kcal 蛋白:14.1g 脂質:5.7g 食塩:4.44g	御飯 赤魚の西京焼き 里芋と豚肉の煮物 小松菜とカニカマの和え物 すまし汁(筍・わかめ) ㎏:473kcal 蛋白:24.5g 脂質:9.6g 食塩:2.32g	ポークカレー キャベツとピーマンの香味ドレサラダ みかん缶 ㎏:533kcal 蛋白:13.2g 脂質:17.1g 食塩:2.32g
おやつ	餘焼き 手作りミルクまんじゅう(クリーム) ㎏:85kcal 蛋白:1.3g 脂質:0.5g 食塩:0.05g	手作りミルクまんじゅう(クリーム) ㎏:137kcal 蛋白:1.6g 脂質:2.2g 食塩:0.04g	手作りほうじ茶プリン(ホイップクリーム添え) ㎏:96kcal 蛋白:2.2g 脂質:3.7g 食塩:0.08g	手作りぜんざい(もち麦) ㎏:174kcal 蛋白:4.5g 脂質:0.4g 食塩:0.00g	手作りベリーパウンドケーキ(ブルーベリー) ㎏:148kcal 蛋白:2.1g 脂質:9.7g 食塩:0.11g	手作り黒ごま水ようかん ㎏:73kcal 蛋白:2.0g 脂質:1.8g 食塩:0.00g
日付	31					
昼食	ねぎとろ井 ひじきと豚肉の炒め煮 キャベツとかまぼこの洋風お浸し 味噌汁(大根・大根葉)りこ風味 ㎏:519kcal 蛋白:23.4g 脂質:17.3g 食塩:3.42g					5月8日(土)昼食 『孟宗汁』 【山形県郷土料理】  孟宗汁は山形県鶴岡市に初夏を告げる孟宗竹の筍を使った郷土料理です。筍と具材をだし汁と一緒に煮込み、味噌と酒粕で味付けをした汁物です。サンマメンは漢字で書くと「生馬麵」、生は「新鮮でシャキシャキした」馬は「上に乗せる」という意味があるそうです。味付けは様々ですが、具材を炒め、とろみをつけたものを麺の上に乗せるラーメンということが共通しているそうです。
おやつ	手作り酒まんじゅう ㎏:122kcal 蛋白:1.1g 脂質:0.3g 食塩:0.05g					

桜もち作り



4月13日(火)に桜もち作りをしました。
生地にあんこをのせくると巻いたら出来上がり!!
それぞれ個性のある桜もちが完成しました。
お抹茶と一緒に美味しくいただきました。

- イチゴ風味桜餅レシピ(8個分)
- 薄力粉...40g
 - 白玉粉...30g
 - 水...100ml
 - イチゴパウダー...小さじ1
 - あんこ...160g

1. ボウルに白玉粉を入れ、水を少しずつ加えながら、粒がなくなるまで混ぜる
2. 1に薄力粉とイチゴパウダーを入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
3. ホットプレートを保温にして温め1の生地を大さじ1.5杯分流し入れ、楕円形にのぼして焼く。
4. 表面が乾いたらひっくり返し、裏面を軽く焼いて取り出す。冷めたら丸めたあんこに巻いて出来上がり!!



アクワイールファーム



先月植えたほうれん草が大きく育ち収穫をしました。
朝のうちに収穫しその日のお昼ご飯の味噌汁の具として食べました。
✕自分たちで収穫したほうれん草は新鮮で
✕美味しいと大好評でした!!
次は人参、ジャガイモの収穫ですね!



映画鑑賞会



29日に映画鑑賞会を行いました。
ご利用者様からのリクエストで幸せの黄色いハンカチを上映しました。またリクエストがあれば職員に言って下さいね!



感染対策

新型コロナウイルス感染症の流行が拡大しています。
手洗い、うがいなど予防をしっかりと行いましょう。
デイサービスでは、定時換気、椅子やテーブルの消毒、車内消毒、レクの分散、マスク着用などの対策を行っています。
朝の体温測定、飲食時以外マスク着用、上履きの履き替えを引き続きご協力をお願い致します。
(持ち物の名前の記入もお願いします。)



夏も近づく八十八夜
野にも山にも若葉が茂る
「あれに見えるは
茶摘みじやないか
あかねだすきに菅の笠」
日和つづきの今日このごろを
心のどかに摘みつつ歌う
「摘めよ摘め摘め
摘まねばならぬ
摘まにや日本の茶にならぬ」

茶摘
作者 不詳
作曲者 不詳

5月予定

- 五日(水) 菖蒲湯
- 十四日(金) 手賀沼散歩
- 二十四日(月) 映画鑑賞会
- 二十七日(木) 映画鑑賞会
- トマト、キュウリ、サツマ
- イモ植える予定です

お誕生会

おめでとう!!

- 齋藤 収 様
- 渡邊 得子 様
- 松山 くみ子 様
- 本間 正二 様
- 島 直躬 様
- 高山 眞千子 様

皆勤賞

- 森田 スミ子 様
- 宮澤 周一 様
- 増子 伊都子 様
- 林 花枝 様
- 野上 和子 様
- 須山 スエノ 様
- 坂井 ぶん 様
- 児玉 秋男 様
- 荻山 富時子 様
- 稲垣 容子 様