



令和6年7月号

宮野目デイサービス
センターだより



おでんせ



■宮沢賢治が田の水引に通った「田日土井」付近(北万丁目)■

【デイサービスだより7月号 の内容】

- お誕生会を開催
4月・5月・6月のお誕生者様写真集
- 暮らしのマメ知識
夏場の感染症にご注意を！！
- ことばあそび・言葉のならばかえ
- 7月のレクリエーション
- 7月宮野目デイサービスセンター
給食のこんだて表

発行

◆宮野目デイサービスセンター◆
〒025-0002
花巻市西宮野目6地割97番地1
【お問い合わせ】
TEL：26-2666・FAX26-5333
E-mail：
miyanomeday@axel.ocn.ne.jp

宮野目デイサービスセンターお誕生会開催

■ 4月・5月・6月生まれの方のお誕生会を開催しました ■
今回のお誕生者は20名、最高齢は97歳女性です。



皆さん、にっこり笑顔で、ポーズをとってくださいました。本当におめでとうございます。



お誕生会に、ボランティアの皆さんがお祝いに笑顔の花を添えてくださいました。ありがとうございます。



暮らしのマメ知識

■ 夏場の感染症にご注意を！！ 手洗いとうがいを励行しましょう！！ ■

◆ヘルパンギーナ <潜伏期間：2日～4日>

★症 状：突然の高熱、のどの痛みが現れ、口の中に小さな水ぶくれができ、ただれて痛みをとまいません。高熱は 38～40℃で 1～3 日続き、食欲不振、だるさなどの症状が見られます。
 ★予防対策：他の人とのタオル・ハンカチの貸し借りは避けましょう。おむつの交換など便を扱った後は、特に、しっかり手洗いを行いましょう。



手を洗おう



うがいをしよう

◆手足口病 <潜伏期間：3日～4日>

★症 状：手・足・口の中に水疱（すいほう）性の発しんができ、時にかゆみ、発熱をとまなう場合もあります。ごく稀に髄膜炎（ずいまくえん）や心筋炎などを生じることがあることから、症状に改善見られない場合は、早期に医療機関を受診しましょう。

ことばあそび 言葉のならびかえ

		り	
	う	が	め
ほ	ん	な	
	に		
	く	や	く

【ことば遊び①（クロスワード）】

左の空白のハコに入ることばを考えましょう。書き込むと、縦列でことばが完成します。※前回の答えは「鯉節」でした

【ことば遊び②（ならびかえ）】

①と②の文字をならびかえて、できる言葉は何でしょう？

① ミ ミ ゼ ン ミ ン

ヒント：夏によく鳴いています

② な う じ ゅ う

ヒント：土用の丑の日に食べたい

※前回の答えは「草刈り機」、「ケチャップ」でした

7月のレクリエーション

日	月	火	水	木	金	土
6/30	1	2	3	4	5	6
	げた飛ばしゲーム			的あてゲーム		
7	8	9	10	11	12	13
	ピンポンコロリングゲーム			げた飛ばしゲーム		
14	15	16	17	18	19	20
	創作活動			創作活動		
21	22	23	24	25	26	27
	的あてゲーム			ピンポンコロリングゲーム		
28	29	30	31	8/1	8/2	8/3
	ボール送りゲーム			【来月のお楽しみです】		



1	月	・ご飯・みそ汁・鶏肉のハニーマスタード炒め・じゃが芋の土佐煮・人参サラダ	532	kcal
2	火	・ご飯・みそ汁・煮魚（メバル）・雷豆腐・いんげん胡麻味噌和え	496	kcal
3	水	・ご飯・みそ汁・チキン南蛮・かぶとろみ煮・金平炒め	631	kcal
4	木	・夏野菜カレー・コンソメスープ・塩だれサラダ・チキンナゲット（2個）	667	kcal
5	金	・ご飯・みそ汁・赤魚の照焼き・五目春雨炒め・大根のマリネ	433	kcal
6	土	・冷やし中華・ゴーヤとツナの炒め物・ミニ春巻き	667	kcal
7	日			
8	月	・ジャージャーうどん・茄子のツナ炒め・かぶの浅漬け	411	kcal
9	火	・ご飯・みそ汁・焼魚（鮭）・切干大根煮・めかぶ和え	394	kcal
10	水	・ご飯・みそ汁・鶏唐揚げ和風あんかけ・ゴーヤチャンプルー・チョレギサラダ	682	kcal
11	木	・ご飯・みそ汁・メバルの山椒焼・大根のそぼろ煮・小松菜のピーナッツ和え	413	kcal
12	金	・ご飯・わかめスープ・ミートボールと茄子のトマト煮・コールスローサラダ・ヒレカツ（1個）	603	kcal
13	土	・ご飯・みそ汁・豚肉のプルコギ風・カリフラワーのサラダ・蓮根の生姜煮	600	kcal
14	日			
15	月	・ご飯・みそ汁・赤魚の煮付けカレー風味・もやしとピーマンの炒め物・いんげんの和え物	417	kcal
16	火	・三色丼（鳥そぼろ・炒り卵・ほうれん草）・みそ汁・揚げ茄子の生姜浸し・浅漬け	540	kcal
17	水	・ご飯・コンソメスープ・鶏肉のみぞれ煮・キャベツの青じそドレ和え・大学芋	562	kcal
18	木	・ご飯・みそ汁・豚肉のねぎ塩炒め・かぶのカレー風味煮・ほうれん草の桜えび和え	568	kcal
19	金	・冷やしねばねばそば・はんぺんの卵とじ・青梗菜のおかか和え	362	kcal
20	土	・ご飯・みそ汁・ハンバーグ・すき昆布煮・彩りサラダ	554	kcal
21	日			
22	月	・ご飯・コンソメスープ・鶏肉のしそチーズ焼き・ピーマンときのこのレモンバター醤油・青梗菜のサラダ	457	kcal
23	火	・ご飯・みそ汁・白身魚のさらさ蒸し・ごぼうのピリ辛炒め・カリフラワーのマリネ	395	kcal
24	水	・うなぎちらし・すまし汁・南瓜のそぼろ煮・ほうれん草の胡麻和え	570	kcal
25	木	・ご飯・春雨スープ・麻婆豆腐・三色ナムル・肉焼売（2個）	490	kcal
26	金	・ご飯・みそ汁・鶏肉の山賊焼き・アスパラサラダ・さつま芋のレモン煮	491	kcal
27	土	・ご飯・みそ汁・鱈の南蛮漬け・蓮根ときのこの炒め物・白菜のナムル	481	kcal
28	日			
29	土	・ご飯・みそ汁・ほっけの照焼・ゴーヤの味噌炒め・青梗菜のなめたけ和え	503	kcal
30	月	・冷やしおろしそば・野菜の卵とじ・肉焼売（2個）	410	kcal
31	火	・ご飯・豚汁・フライ盛り合わせ・青梗菜の煮浸し・塩だれサラダ	700	kcal

