

令和6年9月号

9月

宮野目デイサービス  
センターだより



おでんせ



■ 四百年以上の歴史のある花巻まつり ■

- 宮野目デイサービス25周年記念  
宮野目中学校吹奏楽部が演奏に来所
- 恒例の納涼夏まつりを盛大に開催
- 防災メモ  
災害に備えましょう
- ことばあそび・言葉のならびかえ
- 9月のレクリエーション
- 9月 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25周年記念

### ■ 宮野目中学校吹奏楽部が演奏に来所されました ■

#### ◆ 宮野目中学校吹奏楽部の素晴らしい演奏をご披露くださいました

8月9日金曜日、宮野目デイサービスセンターの25周年記念演奏会として、宮野目中学校吹奏楽部のみなさんが駆けつけてくれました。

今年も岩手県吹奏楽コンクールに出場した、とてもきれいな音色で、利用者の皆さん・職員一同、すばらしい演奏に感動するとともに、和やかな雰囲気の中で演奏を鑑賞しました。

例年演奏に来てくださっている宮野目中学校吹奏楽部のみなさん、またのおこしを心からお待ちしております。本当にありがとうございます。



## 恒例の納涼夏まつりを盛大に開催

### ■ 宮野目デイサービスセンター夏まつりを開催しました ■

#### ◆ 宮野目地区民生委員児童委員協議会のみなさんがご協力くださいました

8月19日から24日までの1週間、恒例の納涼夏まつりを開催しました。宮野目地区民生委員児童委員協議会のみなさんのご協力により、ご利用者様と楽しい夏のひと時を過ごしました。協力くださいました民生委員のみなさま本当にありがとうございます。



**防災メモ**  
災害に備えましょう

■ **台風の多い時期、事前の準備が大切です** ■

◆ **台風、豪雨による甚大な被害が全国各地で発生しています**

台風、豪雨などにより、全国各地で甚大な被害がもたらされています。

大雨や増水による被害が心配される台風の多い時期。突然避難することになってあわてないように、避難経路などを確認し、非常持ち出し袋を用意するなど、日頃から備えておきましょう。

◆ **非常持ち出し袋に準備しておきたいもの**

■ 必需品（チェックしてみましょう）

- 飲料水
- 食料
- ラジオ
- 懐中電灯
- 予備の電池
- 貴重品
- 救急セット
- 衣類（軍手・タオル・下着など）



▼ **いざという時に備えて**

■ 必要に応じて準備しましょう

- 必要な薬
- 介護用品など

**ことばあそび**  
言葉のならびかえ

				じ
		り		う
た	い	そ		
				ば
	は	い		

【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「なつやすみ」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、できる言葉はなんでしょう？

① ア ラ イ ナ ガ

ヒント：いろいろな品種がありますね

② つ づ ば ま え

ヒント：足をケガした時に使います

※前回の答えは「握りずし」、「きもだめし」でした

**9月の**  
レクリエーション

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	脚でホールインワンゲーム			よろよろ運搬ゲーム		
8	9	10	11	12	13	14
	たまごパックでポンゲーム			脚でホールインワンゲーム		
15	16	17	18	19	20	21
	よろよろ運搬ゲーム			たまごパックでポンゲーム		
22	23	24	25	26	27	28
	しりとり言葉あつめゲーム			誕 生 会		
29	30	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5
	創 作 活 動			来月のお楽しみ・・・		



1	日			
2	月	・ご飯・みそ汁・煮魚（赤魚）・人参のベーコン炒め・浅漬け		402 kcal
3	火	・ご飯・中華スープ・海老団子と卵のチリソース炒め・カリフラワーとチーズのサラダ・オクラのごま和え		550 kcal
4	水	・ご飯・みそ汁・豚肉のしぐれ煮・じゃが芋のカレー風味炒め・もやしサラダ		532 kcal
5	木	・きつねそば・南瓜サラダ・チキンナゲット 		495 kcal
6	金	・蒲焼き丼・みそ汁・五目豆・青梗菜のおろし和え 		491 kcal
7	土	・ご飯・みそ汁・ハンバーグデミグラスソース・筍の煮物・人参の辛子マヨ和え 		579 kcal
8	日			
9	月	・ご飯・みそ汁・フライ盛り合わせ・冬瓜とかにかまの煮物・ささ身の梅和え 		532 kcal
10	火	・ご飯・みそ汁・豚肉の香味炒め・マカロニのクリーム煮・青梗菜のなめたけ和え		567 kcal
11	水	・ご飯・みそ汁・焼魚（鮭）・シーザーサラダ・ごぼうの山椒炒め 		450 kcal
12	木	・ポークジンジャー丼・みそ汁・白身魚フライ・香味野菜サラダ・えび焼売		632 kcal
13	金	・ご飯・みそ汁・鶏肉のマーマレード焼き・スパゲティサラダ・小松菜のナムル		550 kcal
14	土	・ご飯・みそ汁・赤魚の煮付けカレー風味・麻婆春雨・白菜のレモン醤油和え		447 kcal
15	日			
16	月	・赤飯・お吸いもの・豚角煮・茶碗蒸し・めかぶ和え 		474 kcal
17	火	・ご飯・みそ汁・赤魚の照焼き・なすの生姜醤油炒め・人参の粒マスタード和え		430 kcal
18	水	・ご飯・みそ汁・バーベキューチキン・いんげんの甘辛煮・胡瓜とくらげの和え物		461 kcal
19	木	・ご飯・すまし汁・鶏肉のねぎ生姜焼き・ごぼうの味噌炒め・小松菜の錦糸和え		481 kcal
20	金	・ご飯・みそ汁・鮭のバター醤油焼き・さつま芋のそぼろ煮・青梗菜の辛子和え 		473 kcal
21	土	・野菜味噌ラーメン・キムチ炒め・かぶの柚子和え 		649 kcal
22	日			
23	月	・肉うどん・キャベツとセロリの酢味噌和え・チキンナゲット  		626 kcal
24	火	・ビーフカレー・コンソメスープ・青梗菜のガーリックソテー・スナップエンドウのツナマヨ和え		641 kcal
25	水	・ご飯・みそ汁・ホッケの漬け焼き・麻婆茄子・オクラの梅和え		449 kcal
26	木	・ご飯・春雨スープ・エビフライ・じゃが芋のコンソメ煮・大根とパプリカのマリネ 		605 kcal
27	金	・ご飯・みそ汁・豆腐ハンバーグきのこあん・五目ひじき・白菜のザーサイ炒め		439 kcal
28	土	・ご飯・みそ汁・カレイの幽庵焼き・キャベツのコンソメ炒め・ほうれん草のひき肉和え		398 kcal
29	日			
30	月	・ご飯・みそ汁・白身フライ・青梗菜とウインナーのカレー炒め・にんじんサラダ		558 kcal



～まごころこめてお出しします～

ご飯のカロリーを足したカロリー表示となります

