

令和6年11月号

11月

宮野目デイサービス
センターだより



おでんせ



■ 七五三詣の大崎八幡宮(仙台市) ■

- 宮野目デイサービスセンターからのお知らせ
- 宮野目保育の園児さんから子ども鹿踊りのご披露
- 暮らしの豆知識 『七五三』の由来
- ことばあそび・言葉のならびかえ
- 11月のレクリエーション
- 11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からのお知らせ

■ 昼食提供内容の変更について ■

宮野目デイサービスセンターでは、すでにお知らせのとおり、10月から食への楽しみを広げる昼食の提供方法の一つとして、専門業者が提供するお弁当の日を導入しております。

11月のお弁当での昼食は、こんだて表に記載のとおりですので、引き続き、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

宮野目保育園の子ども鹿踊りのご披露

■ 宮野目保育園の園児さんから子ども鹿踊りのご披露 ■

10月29日、年長さん20名が元気な子ども鹿踊りをご披露くださいました



可愛い子どもたちの元気な踊りです



41年の歴史のある子ども鹿踊り



ご利用者のみなさまに笑顔でごあいさつ



元気な子どもたちに笑顔があふれます



頑張った子どもたちにお礼を渡しました



子どもたちを笑顔でお見送り

暮らしのマメ知識

■ 『七五三』の由来について ■

◆ 11月15日は『七五三』の日です

旧暦の11月15日は、二十八宿の鬼宿日（鬼が出歩かない日）といわれ、婚礼以外は何をするにも吉とされていました。また、旧暦の11月は、田畑の収穫を終えて実りを神様に感謝する月でした。

その11月の満月の日である15日に、氏神への収穫と子どもの成長に感謝をささげ、加護を祈るようになったことが『七五三』の由来とされています。鬼が出歩かないなんて、素敵な日ですね。

『七五三』は、地域によって違いがありますが、数え年で、男の子は3歳と5歳、女の子は3歳と7歳でお祝いをするそうです。

子どもの頃、千歳飴をもらうことが楽しみでしたが、「千歳」には「長生き」という意味が込められており、親が子どもの長寿と健康を願う気持ちが込められていることに改めて気づきました。昔から、親が子を大切に想う気持ちは変わらないものですね。



ことばあそび 言葉のならびかえ

	え		っ	き
	ざ	い	う	
	ま		ぷ	く
	と		ん	
	ご		ふ	

【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「栗拾い」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 つ け ま が た り

ヒント：今年は豊作なようで

② グ ッ ド ア ト ラ ス

ヒント：たくさんオープンしてますね

※前回の答えは「アルミホイル」、「芋の子汁」でした

11月の レクリエーション

日	月	火	水	木	金	土
10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	1	2
	輪っか送りゲーム			追い込み漁で大漁ゲーム		
3	4	5	6	7	8	9
	キャップでタワーゲーム			動く玉入れゲーム		
10	11	12	13	14	15	16
	プロペラ飛ばしゲーム			創作活動		
17	18	19	20	21	22	23
	創作活動			キャップでタワーゲーム		
24	25	26	27	28	29	30
	動く玉入れゲーム			プロペラ飛ばしゲーム		



1	金	【お弁当】 ご飯・赤魚白醤油風味焼き・野菜しんじょう・茄子とひき肉の味噌炒め・うずら豆・刻みたくあん	492	kcal
2	土	・中華丼・わかめスープ・マリネサラダ・肉焼売 	601	kcal
3	日			
4	月	・ご飯・コンソメスープ・クリームシチュー・ポパイサラダ・メンチカツ 	604	kcal
5	火	【お弁当】 ご飯・白糸たらの照焼き・湯葉入り青梗菜・五目揚げ豆腐・花斗六豆・紅芯大根	489	kcal
6	水	・ビビンバ丼・中華スープ・ひじき煮・浅漬け 	580	kcal
7	木	・ご飯・みそ汁・鶏肉のマーマレード焼き・小松菜の煮浸し・もやしキムチ和え	459	kcal
8	金	・ご飯・みそ汁・白身魚の南蛮漬け・スパゲティサラダ・厚焼き卵	516	kcal
9	土	【お弁当】 ご飯・いわし山椒煮・焼売・ブロッコリーのカニカマあんかけ・枝豆とコーンの洋風煮・大根としその実の漬物	530	kcal
10	日			
11	月	・ご飯・春雨スープ・鮭のちゃんちゃん焼き・華風サラダ・焼売	521	kcal
12	火	・チキンカレー・コンソメスープ・マカロニサラダ・カニカマ磯辺揚げ 	643	kcal
13	水	・ご飯・みそ汁・ホッケの香味焼き・高野豆腐のオランダ煮・さつま芋のみそマヨサラダ	544	kcal
14	木	【お弁当】 ご飯・トマトソースハンバーグ・豆乳入りしっとり卵の花・大根サラダ・オクラの胡麻和え・きゅうりの生姜漬け	554	kcal
15	金	・ミートソーススパゲッティ・コンソメスープ・青梗菜の生姜煮・カリフラワーのマリネ	557	kcal
16	土	・ご飯・みそ汁・豆腐ハンバーグのきのこあんかけ・スナップえんどうのマヨ和え・なすの炒め物	490	kcal
17	日			
18	月	・ご飯・みそ汁・ヒレカツ・れんこんの炒めなます・カリフラワーの洋風和え 	649	kcal
19	火	・ご飯・みそ汁・揚げホキの野菜あんかけ・にら玉炒め・南瓜のレーズンサラダ	564	kcal
20	水	【お弁当】 ご飯・豚肉と木耳の中華旨煮・焼きそば・チキンボールトマトソース・オクラのおかか和え・しば漬け	513	kcal
21	木	・ご飯・みそ汁・メバルの幽庵焼き・五目豆・くらげサラダ	439	kcal
22	金	・卵チリ丼・コンソメスープ・キャベツとハムのソテー・カリフラワーの海苔和え	473	kcal
23	土	【お弁当】 ご飯・さば塩焼き・ひじき煮・茄子とひき肉の味噌炒め・うずら豆・大根としその実の漬物	544	kcal
24	日			
25	月	・きつねそば・塩麻婆豆腐・ひじきサラダ 	438	kcal
26	火	・ご飯・みそ汁・メバルのタルタルチーズ焼き・塩ちゃんこ煮・オクラの生姜和え	456	kcal
27	水	・ご飯・春雨スープ・鶏肉のコチュジャン炒め・大豆サラダ・ミニ春巻き 	602	kcal
28	木	・白身魚のオイスター丼・みそ汁・花野菜炒め・人参の粒マスタード和え	530	kcal
29	金	【お弁当】 ご飯・メカジキの山葵ソースがけ・煮味噌・近江牛コロッケ・小女子の佃煮・はりはり漬け	570	kcal
30	土	・ご飯・みそ汁・タラのさらさ蒸し・鶏キムチ炒め・胡麻ごぼう	397	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

