

令和5年9月号

ティータイム

矢沢地域福祉センターだより 発行 矢沢地域福祉センター
電話 0198-31-2122

暑い暑い今年の夏、9月になろうとしています
今だ涼しくなる気配はありません。
利用者の皆様はなんとか頑張ってご利用しております。
ご家族様のお世話の賜物と深く感謝いたします。

9月のレクリエーション

9/4~9/9

まちがい探し



9/11~9/16

音楽体操



9/18~9/23

創作活動 (万国旗作り)

9/25~9/30

お誕生会



9月の床屋

ご希望される方は予約をお願いします。

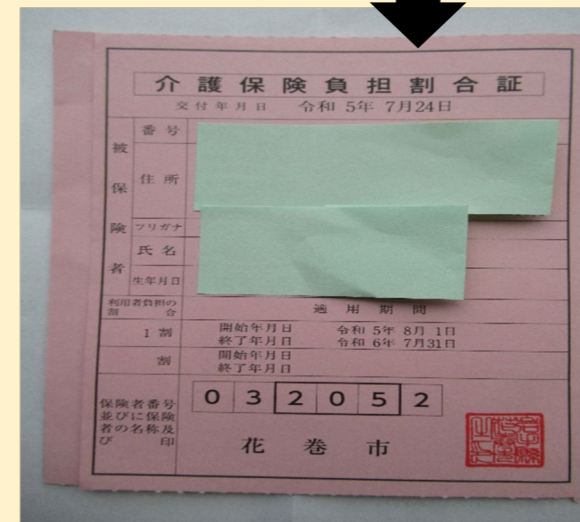
9月25日(月)~9月30日(土)

~料金~ 2,200円

当日のお申込みは、人数の関係でお受けできない場合がありますので、必ず予約をお願いします。



介護保険負担割合証ご持参のお願い
新しく負担割合証をまだ提出されていない方は早
めにご持参くださるようお願いいたします。
(ピンク色した証書です。)



お知らせは7月下旬に各
家庭に送付されているよ
うです。今一度お確かめ
下さい。

介護保険負担割合証送付のお知らせ

介護保険負担割合証を送付いたします。
介護保険負担割合証は新たに負担割合の判定を行ったときに送付しています。
内容をご確認いただき、介護サービスを利用する時は保険証とともにこの証を事
業者または施設の窓口へ提出してください。
介護保険の利用者自己負担割合は1割、2割もしくは3割になります。

【2割負担となる方】

65歳以上(第1号被保険者)で本人の合計所得金額が160万円以上の方。
ただし、年金収入とその他の合計所得金額の合計が単身で280万円未満、
65歳以上(第1号被保険者)の方が2人以上いる世帯で346万円未満の方
は1割負担となります。

【3割負担となる方】

65歳以上(第1号被保険者)で本人の合計所得金額が220万円以上の方。
ただし、年金収入とその他の合計所得金額の合計が単身で340万円未満、
65歳以上(第1号被保険者)の方が2人以上いる世帯で463万円未満の方
は1割又は2割負担となります。

<お問い合わせ先>

花巻市健康福祉部長寿福祉課
〒025-8601 花巻市花城町9番30号
介護給付係 TEL: 0198-41-3578 (直通) FAX: 0198-41-1299
包括支援係 TEL: 0198-41-3576 (直通)



看護師より~

- ***利用前の検温のご協力をお願いいたします。**
- ***食欲がない、顔色が優れない、元気がないなどいつもと様子が違う時は利用を控え、自宅で様子をみましょう。**
- ***マスクは毎日交換し清潔なものを使用しまし
しょう。**

8月レクリエーションの様子

夏祭り
かき氷



お好み焼き



焼きそば



福引き

エプロン姿の運転手の方々ご苦労様です



6等の中身はなんだろうな



1等当たりますように



創作活動・ちぎれ絵の様子



細かいところ頑張ってまーす!



おやつ作り・カボチャ巾着

美味しくなーれ!



9月 矢沢地域福祉センター 献立表

Kcal

日	曜日	献立	Kcal	飲み物
1	金	・御飯・なめこ汁・炒り鶏・胡麻和え・漬物	445	お茶・ゼリー
2	土	・親子丼・しめじ汁・すきこぶの煮付け・漬物	449	
3	日			
4	月	・御飯・わかめと油揚げの味噌汁・たらきのこあんかけ・辛子マヨネーズ和え・ふりかけ	530	お茶 せんべい
5	火	・御飯・豆腐汁・赤魚の煮付け・三色和え・漬物	431	
6	水	・御飯・わかめ麩汁・鶏肉の照り焼・辛子和え・海苔の佃煮	456	
7	木	・おまめときのこのハヤシライス・エノキのスープ・フレンチサラダ・みかん缶	570	
8	金	・御飯・ワタンスープ・卵のチリソースかけ・キャベツと胡瓜の和え物・漬物	463	お茶 焼菓子
9	土	・ゆかり御飯・かきたま汁・エビと白菜のとろみ煮・小松菜と切り干し大根のナムル・漬物	407	
10	日			
11	月	・御飯・もやし汁・バーベキューチキン・大根の野菜あんかけ・胡瓜とクラゲの和え物	479	
12	火	・御飯・大根汁・具沢山の卵とじ・香味和え・海苔の佃煮	552	お茶 焼菓子
13	水	・御飯・豆腐となすの味噌汁・肉じゃが・辛子マヨネーズ和え・梅漬	523	
14	木	・御飯・豚汁・高野豆腐のきのこあんかけ・小松菜のごまよごし・漬物	387	
15	金	・御飯・豆腐汁・にら豚炒め・ごぼうとしらすのきんぴら・漬物	544	
16	土	・御飯・カボチャのクリームシチュー・豚肉のポン酢炒め・なめ茸和え・漬物	513	お茶 ムースゼリー
17	日			
18	月	・さつま芋御飯・けんちん汁・赤魚の西京焼・春菊と炒り卵の二杯酢・漬物	464	
19	火	・炒飯・白菜と鶏肉の中華スープ・ゆかり和え・バナナヨーグルト	483	
20	水	・御飯・にら玉汁・オイスターソース炒め・マカロニサラダ・漬物	575	お茶 ムースゼリー
21	木	・御飯・かきたま汁・マーボー豆腐・小松菜と切り干し大根のナムル・漬物	479	
22	金	・キーマカレー・わかめスープ・コールスローサラダ・みかん缶	557	
23	土	・古代米入り御飯・澄まし汁・鯖と大根の味噌たれかけ・茶碗蒸し・漬物	517	
24	日			
25	月	・赤飯・里芋汁・豆腐ハンバーグのきのこあんかけ・ミートオムレツ・マカロニサラダ・漬物	621	お茶 ケーキ
26	火	・赤飯・澄まし汁・メンチカツ・厚焼き玉子・春雨の酢の物・梨	523	
27	水	・赤飯・なめこ汁・鯖の生姜煮・ミートオムレツ・辛子マヨネーズ和え・漬物	524	
28	木	・きのこ御飯・そうめん汁・赤魚の西京焼・ポテトサラダ・厚焼き玉子・梨	545	
29	金	・きのこ御飯・玉葱スープ・鮭フライ・ミートオムレツ・ひじきの煮・漬物	513	お茶 ケーキ
30	土	・きのこ御飯・澄まし汁・エビと豆腐のふんわりしんじょう・厚焼き玉子・辛子マヨネーズ和え・梨	511	

食材購入できない時は献立変更あります。3時はおやつの時間です、毎週変わります。

9月13日は地産地消献立です。9月11日はクックチル献立です。