

日頃より南天をご利用いただきありがとうございます。
南天ではご利用される皆様が安心して楽しんでいただけるよう環境作りにも努め、行事を企画しています。
ご意見、ご要望などありましたらお気軽にお申し付けください。

敬老御膳

9/16(月)敬老の日の昼食は、栗赤飯・天ぷら盛り合わせ・さばの塩焼き・小松菜のわさび和え・庄内柿をお重に詰めた「敬老御膳」をご用意いたしました。皆様、お重のふたを開けると「わあ、すごい!!」と喜んでくださっています。



お月見会

9月の壁画は中秋の名月をイメージして作りました。そして9/14(土)には、完成した壁画を背景に「お月見会」を行っています。お団子ならぬ、たこ焼きをお供え物として皆様と一緒にワイワイと賑やかに焼いています。一味違ったお月見をお楽しみいただきました。



おはぎ作り

9月のおやつ作りは、近隣の方から頂いたもち米を使って、お彼岸の9/23(月)にはおはぎを作りました。皆様には米をつぶし、きな粉をまぶして頂きました。あんこのおはぎもきな粉のおはぎも好評でした。



令和6年 10月

おしながき

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
 <p>健康な日々を願いを込めて 『おつたち』 ◆赤飯(北海道産小豆) ◆タラの野菜あんかけ ◆チンゲン菜と椎茸の炒め煮 ◆茎わかめのさっぱり和え</p>	<p>◆ナポリタン ◆カリフラワーとブロッコリーの洋風蒸し ◆おからとツナのサラダ</p>	<p>◆生姜香るタラの竜田揚げ ◆キャベツと薄揚げの煮びたし ◆みかんなます</p>	<p>◆ルーロー飯 ◆ピーマン ◆きゅうりとねぎの塩だれ和え</p>	<p>◆鶏のマーマレード煮 ◆青菜とピーマンのカラフル炒め ◆ごぼうサラダ</p>	<p>おやつ キャラメルコーン おやつ ミルクロールケーキ おやつ 紅茶のパウムクーヘン おやつ 京千枚 おやつ 宇治金時</p>
7	8 季節献立*	9	10	11	12
<p>◆海老入りかき揚げ丼 ◆カリフラワーとブロッコリーの洋風蒸し ◆豆とコーンのオーロラソース和え</p>	<p>『寒露』 ◆銀ひらすの西京焼き ◆卵の花 ◆ほうれん草のお浸し</p>	<p>◆チーズ入りチキンカツ ◆チンゲン菜と椎茸の炒め煮 ◆レンコンの梅おかかマヨ和え</p>	<p>◆わかめうどん ◆豆腐ナゲット ◆きゅうりの胡麻和え</p>	<p>◆白身魚のピカタ ◆とうもろこしと豆のチリソース煮 ◆チーズと黒こしょうのキャベツサラダ</p>	<p>◆牛丼 ◆春雨の五目炒め ◆かにかまとねぎのサラダ</p>
おやつ 特選ほまれ	おやつ みらく棒	おやつ ようかんロール	おやつ あおき醤油揚げ	おやつ コーヒーカステラ	おやつ 黒糖菓子
14 季節献立*	15 季節献立*	16	17	18	19
<p>『スポーツの日』 ◆鶏肉のねぎ塩焼き ◆豆の煮物 ◆キャベツとソーセージのフレンチサラダ</p>	<p>『十三夜』 ◆鶏肉の生姜焼き ◆高野の焼き合わせ ◆柿なます</p>	<p>◆トマトとチキンのキーマカレー ◆豆腐ナゲット ◆切干大根のサラダ</p>	<p>◆いわしの梅煮 ◆さつま芋のそぼろ煮 ◆ほうれん草のピーナツ和え</p>	<p>◆醤油ラーメン(野菜・豚肉) ◆青菜とピーマンのカラフル炒め ◆チーズ入り磯辺かまぼこ</p>	<p>◆メンチカツ ◆切り昆布と油揚げの煮物 ◆粒マスタード入りポテトサラダ</p>
おやつ チョコブッセ	おやつ 黒糖まんじゅう	おやつ 和菓パウンドケーキ	おやつ 塩ボン酢おかし	おやつ ピーチクリームサンド	おやつ とうもろこしせんべい
21	22	23 季節献立*	24	25	26
<p>◆デミグラスソースハンバーグ ◆カリフラワーとブロッコリーの洋風蒸し ◆キャベツとフィッシュソーセージのサラダ</p>	<p>『ご当地グルメ』 ～島根県～ ◆えびす丼 ◆ちょこっとぜんざい ◆青しそきゅうり漬</p>	<p>『霜降』 ◆一口とんかつ ◆さつま芋の甘煮 ◆茎わかめのさっぱり和え</p>	<p>◆チキンステーキ ◆切干大根とベーコンのスープ煮 ◆粒マスタード入りポテトサラダ</p>	<p>◆白身魚の揚げ煮 ◆きんぴらごぼう ◆おくらと長芋の和え物</p>	<p>◆たまごそば ◆からし菜ときくらげの田舎風 ◆カリフラワーのマリネ</p>
おやつ ロールケーキ	おやつ 塩バター餅	おやつ りんごパイ	おやつ サラダせんべい	おやつ 紫芋せんべい	おやつ 六方焼
28	29	30	31 季節献立*	『島根を感じて』	
<p>◆さばの塩焼き ◆人参とわかめの土佐煮 ◆きゅうりの胡麻和え</p>	<p>◆三色丼 ◆豆の煮物 ◆オクラとろろ</p>	<p>◆白身魚の香草焼き ◆とうもろこしと豆のチリソース煮 ◆カリフラワーのサラダ</p>	<p>『ハロウィン』 ◆かぼちゃシチュー ◆キャベツのマリネ ◆ぶどうミルクプリン</p>	<p>10月は神様が留守になることから「神無月」と言いますが、島根県(出雲)では逆に、全国から神様が集まる「神在月」と呼ばれています。「神在月」の10月にちなんで、島根県のご当地グルメ【えびす丼】とぜんざい発祥の地、島根を感じる【ちょこっとぜんざい】をお楽しみください。</p>	
おやつ ミニドーナツ	おやつ レモンケーキ	おやつ パナカステラ	おやつ 黒豆きな粉クリームサンド		

○アレルギーがある場合は遠慮なくお申し出下さい。○献立が変更となる場合があります。

新型コロナウイルス感染予防に
ご協力ありがとうございます(≥▽≤)
○乗車時の検温と消毒にご協力下さい。また体調不良の際は利用をご遠慮下さい。

○利用中はマスクの使用をお願いしています。

○送迎車、ティールームは常時、換気をし
アクリル板を設置しています。

○手洗い、うがい及び消毒を実施しています。

10月の行事案内(*'▽`*)

○暑さが和らぎ、秋らしくなってきました。芋ほりや外出を予定しています。お楽しみに!!

◆南天からのお願い◆

ご利用者様の健康管理の一環として、お薬の情報提供をお願いします。
お薬が新しくなった際には、ご連絡、お薬手帳及びお薬の説明書をご持参ください。

♪敬老会♪



9月4日(水)に少し早めの「敬老会」を開催しました。
 まずは「これは、誰でしょう」クイズ!!! 職員の子供のころの写真を見て頂き誰か当てるクイズです!!
 写真が写し出されると皆さん「ん〜」「あ! あの人じゃない??」などなど考えてみえました♪
 お次は、職員の出し物です!! 皆さんご存じの「サザエさん!!」の歌に合わせて踊りました♪
 「サザエさん・カツオ・ワカメ・タマ」などなどおなじみのキャラクターのお面を付けて♪
 練習の成果は……。利用者様も一緒に盛り上がりました。
 ささやかですが、職員の手作りカードと記念品のハンドタオルをプレゼントさせていただきました。
 とても楽しい敬老会になりました。



♪カラオケ大会♪



9月13日(金)に「カラオケ大会」を開催しました。
 皆さん自慢の美声で18番の歌をお上手に披露して下さいました。
 「私は聴く側で…」という方も手拍子などで盛り上げて下さり楽しいカラオケ大会になりました。
 唄って下さった方には、景品を♪参加して頂いた方、全員に参加賞をプレゼントさせて頂きました。



プレミアム小物についてのお知らせ

布を折りたたみ、2か所直線で縫うだけで簡単に完成します。
 ぜひ挑戦してみてください♪
 ご希望の方は、スタッフまでお声掛け下さい。

ティッシュボックスカバー 200円



♪秋のお茶会♪

9月23日(月)に「秋のお茶会」を開催しました。
 職員手作りのおやつを用意♪
 今回はさつまいもを使った茶巾絞りでです。
 お抹茶とお菓子を召し上がって頂き、いつもとは少し違うおやつとなりました。
 皆さん「お抹茶もお菓子も美味しい!」と喜ばれてみえました。



♪今月のプログラム♪



- 10月8日(火) 運動会
- 10月10日(木) 山下先生の音楽療法
- 10月18日(金) 秋の生け花レク
- 10月21日(月) 書道教室
- 10月23日(水)~29日(火) 作品展見学ドライブ
 行き先: 西部ふれあいセンター
- 10月23日(水) 尺八教室
- 10月28日(月) ハロウィンパーティー



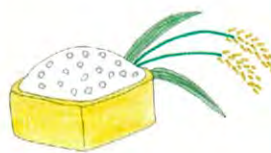
☆行事予定は変更になる場合があります。よろしくお願ひします。



10月の献立カレンダー



	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	
	曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	レク	釣り	テーブル	わなげ	ボーリング	カラオケ
	昼食	おついたち	ナポリタン	生姜香るタラの竜田揚げ	ルーロー飯	鶏のマーメレード煮
		赤飯	カリフラワーと ブロッコリーの洋風蒸し	キャベツと薄揚げの煮びたし	ビーフン	青菜と ピーマンのカラフル炒め
		タラの野菜あんかけ	おからとツナのサラダ	みかんなます	きゅうりとねぎの塩だれ和え	ごぼうサラダ
		チンゲンサイと 椎茸の炒め煮				
茎わかめのさっぱり和え						
おやつ	キャラメルコーン	ふんわりロールケーキ	紅茶のしっとりバウムクーヘン	京千枚	宇治金時	
10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	お手玉	運動会	カラオケ	音楽療法	カラオケ	お手玉
昼食	海老入りかき揚げ丼	寒露	チーズ入りチキンカツ	わかめうどん	白身魚のピカタ	牛丼
	カリフラワーと ブロッコリーの洋風蒸し 豆とコーンの オーロラソース和え	銀ひらすの西京焼き	チンゲンサイと 椎茸の炒め煮	豆腐ナゲット	ポテトフライ	春雨の五目炒め
		卵の花	レンコンの梅おかかマヨサラダ	きゅうりの胡麻和え	とうもろこしと 豆のチリソース煮	かにかまど玉ねぎのサラダ
		ほうれん草のお浸し		白桃ジュレ	チーズと 黒胡椒のキャベツサラダ	
おやつ	特選ほまれ	みるく棒	ミニようかんロール	ピックパック(あおさ醤油味)	珈琲タイムミニ	麩菓子
10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	小物作り	小物作り	小物作り	小物作り	生け花レク	小物作り
昼食	スポーツの日	十三夜	トマトとチキンのキーマカレー	いわしの梅煮	醤油ラーメン	メンチカツ
	鶏肉のねぎ焼き	豚肉の生姜焼き	豆腐ナゲット	さつま芋のそぼろ煮	青菜と ピーマンのカラフル炒め	切り昆布と油揚げの煮物
	豆の煮物	高野の炊き合わせ	切干大根のサラダ	ほうれん草のピーナッツ和え	チーズ入り磯辺かまぼこ	粒マスタード入りポテトサラダ
	キャベツと ソーセージのフレンチサラダ	柿なます	ラムネジュレ		杏仁豆腐	
おやつ	チョコブッセ	黒糖まんじゅう	パウンドケーキ(和栗)	塩ぼんず味おかき	ピーチサンド	とうもろこしせんべい
10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	書道教室	フリスビー	尺八教室・作品展	作品展・カラオケ	作品展・カラオケ	作品展・カラオケ
昼食	デミグラスソースハンバーグ	ご当地グルメ 島根県	霜降	チキンステーキ	白身魚の揚げ煮	たまごそば
	マカロニのパセリソテー	えびす丼	一口とんかつ	切干大根と ベーコンのスープ煮	きんぴらごぼう	からし菜ときくらげの田舎風
	カリフラワーと ブロッコリーの洋風蒸し	ちょこつとぜんざい	さつま芋の甘煮	粒マスタード入りポテトサラダ	おくらと長芋の和え物	カリフラワーのマリネ
	キャベツと フィッシュソーセージのサラダ	青しそきゅうり漬け	茎わかめのさっぱり和え			ぶどうジュレ
おやつ	スイスパウム	塩バター餅	もぐもぐりんごあんパイ	サラダふくべ煎	さくふわせんべい(紫いも味)	六方焼
10月28日	10月29日	10月30日	10月31日			
曜日	月曜日	火曜日	水曜日			木曜日
レク	ハロウィンパーティー	作品展・カラオケ	テーブル			釣り
昼食	さばの塩焼き	三色丼	白身魚の香草焼き			ハロウィン
	大根のはりはり漬け	豆の煮物	とうもろこし 豆のチリソース煮	かぼちゃのシチュー		
	人参とわかめの土佐煮	オクラとろろ	カリフラワーのサラダ	キャベツのマリネ		
	きゅうりの胡麻和え			ぶどうミルクプリン		
おやつ	お楽しみ	レモンケーキ	おかしなバナナ	黒豆きな粉のソフトサンド		



送迎時の手指消毒、到着時や食事・おやつ前の手洗いや消毒、換気、マスク着用の声掛けなど安心してご利用いただけるよう職員一同対応させていただいております。いつもご協力ありがとうございます。引き続きよろしくお願いたします。