

♪ゴルフ大会♪

11月5日(水)はデイサービスのゴルフ大会でした。  
 まずは準備体操です。そしていよいよ、あさひが丘ゴルフコースでゴルフ大会の始まりです。  
 慎重に狙いを定めて「エイ」と打つ方・・・大胆に「そりゃ」と打つ方・・・。  
 「入ったー！！」「あー残念」皆さん大変盛り上がりました。  
 1位から3位までの方には賞品を！！そして全員の方に参加賞をお持ち帰り頂きました。



♪さつま芋のおやつレク♪



11月21日(金)は秋の味覚！！さつま芋のおやつレクを開催しました。  
 今年はホクホク・アツアツの焼き芋です。外で炭を使って作る本格的な焼き芋は甘くてホクホクとても美味しく出来上がりました。皆さん「甘い！！」「焼き芋なんて久しぶり。おいしい！！」と大好評！！  
 お腹も心も大満足でポカポカのおやつレクでした。



プレミアム小物についてのお知らせ

ももこのモールを1本使って、曲げたり、ねじったりするだけで作れる小さな「ぬいぐるみ」です。  
 ハサミや針を使わずに簡単に出来ます♪  
 ぜひ！挑戦してみてくださいね♪

ももこモールドール 200円



年末年始休業のお知らせ

日頃より、デイサービスあさひが丘をご利用頂きありがとうございます。

年末年始の休業日時のお知らせです。

12月31日(水)～1月4日(日)

1月5日(月)より通常通りの営業となります。

今年も1年ありがとうございました。  
 体調に気を付けて良い年末年始をお過ごし下さい。

来年も、スタッフ一同お待ちしております。



♪今月のプログラム♪

- 12月 11日(木) 山下先生の音楽療法
- 12月 13日(土) カラオケ大会
- 12月 17日(水) 忘年会
- 12月 24日(水) 尺八教室
- 12月 25日(木) クリスマス会



☆行事予定は変更になる場合があります。よろしくお祈りします。



# 12月の献立カレンダー



	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6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	釣り	カラオケ	テーブル	脳トレ	カラオケ
昼食	おついたち	カレイの中華あんかけ	ちらし寿司	とろろそば	ホイコーロ	白身魚フライ
	赤飯	しゅうまい	ちくわの磯辺揚げ	しっとり炒り高野	カリフラワーの豆乳クリーム和え	厚揚げとピーマンの味噌炒め
	銀ひらすの西京焼き	おくらと長芋の和え物	ブロッコリーの胡麻和え	ほうれん草のお浸し	チーズ入磯辺かまぼこ	人参と蒸し鶏の和え物
	しろ菜とちくわの煮浸し					
みかんなます						
おやつ	レモンケーキ	おかしなバナナ	海老サラダ	紅茶ビスケット	黒糖鈴かすてら	ゼリー
	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	クイズ	カラオケ	カラオケ	音楽療法	体操	カラオケ大会
昼食	ご当地グルメ 北海道	にしんの山椒煮	トマトとチキンのキーマカレー	タラの煮物	海老カツ	わかめうどん
	チキンと野菜の おいしさたっぷりスープカレー	キャベツと薄揚げの煮浸し	一口コロッケ	小松菜と薄揚げの煮浸し	レパールの生姜煮	だし巻き卵
	スイートコーンのサラダ	わかめと玉ねぎの甘酢和え	かにかまと玉ねぎのサラダ	オクラとろろ	キャベツのマリネ	人参と蒸し鶏の和え物
			白桃ジュレ			
おやつ	抹茶ろーるけーき	ソフトせん(コーンポタージュ)	柚実香	もぐもぐりんごあんパイ	黒糖ろーるけーき	紫いもブッセ
	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20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	忘年会	小物作り	小物作り	小物作り
昼食	白身魚のケチャップ煮	チーズ入りチキンカツ	天然ぶりの照焼き	いわしの梅煮	ソース焼きそば	坦々そば丼
	ナゲット	きんぴらごぼう	青菜とピーマンのカラフル炒め	人参とわかめの土佐煮	しゅうまい	みずくわいの中華炒め
	根菜サラダ	3色豆のツナマヨサラダ	ハム入りマカロニサラダ	きゅうりとねぎの塩だれ和え	ひじきのサラダ	柚子白菜
おやつ	マカミアナッツおかし	小倉パウム	フレンチクーラー	クックダッセチョコレート	厚切りパウムクーヘン	トリックス
	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
レク	釣り	脳トレ	尺八教室	クリスマス会	お手玉	カラオケ
昼食	冬至	三色丼	だし香る和風とんてき	クリスマス	白身魚のピカタ	鶏つくねと大根の煮物
	タラの和風あんかけ	キャベツと薄揚げの煮浸し	きのこ入りひじき煮	チキンライス/フライドチキン	さつま芋の甘煮	豆の煮物
	柚子味噌大根	もやしの酢の物	小松菜のわさび和え	いんげんと人参のソテー	キャベツのマリネ	ほうれん草の胡麻和え
	カリフラワーと 小松菜のお浸し			きらきらサラダ		
			ロゼワイン風ジュレ			
おやつ	黒豆しばり	リトルクッキー	ふわっと(枝豆味)	お楽しみ♪	特選ほまれ	宇治金時
	12月29日	12月30日				
曜日	月曜日	火曜日				
レク	カラオケ	カラオケ				
昼食	一口とんかつ	白身魚の揚げ煮				
	具沢山野菜の煮込み	キャベツのコンソメ煮				
	カリフラワーのマリネ	おくらと長芋の和え物				
おやつ	ハニードーナツ	チョコブッセ				



新型コロナウイルス感染症5類移行に伴いテーブルに設置させて頂いていたパーテーションを4月1日(火)より撤去させて頂く事に致しました。

マスク着用ルールの緩和に伴い、ご利用の際のマスクの着用については判断をお任せしておりましたが、11月～3月のインフルエンザ等の流行期間はマスク着用をお願いすることとなっております。利用日当日は、ご自宅で検温などをしていただき、体調不良の際は利用を遠慮いただけますようお願いいたします。

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。

## 焼き芋

10月にデイサービスの畑で収穫したさつま芋を使って、焼き芋をしました。利用者様にはさつま芋を新聞紙で包むなどの準備をお手伝いしていただきました。当日は天気も良かったので、駐車スペースで召し上がって頂いています。



## お鍋の季節になりました

お鍋の美味しい季節になりました。鍋料理第一弾は毎回好評のおでんをご用意しています。「やっぱりおでんは美味しいね」と、おかわりされる方もあり、すぐに鍋は空っぽになってしまいました。



熱々です!!

## 11月のおやつ作り

11月はデイサービスの畑で収穫したさつま芋を使って鬼まんじゅうを作っています。家事の得意な方が手伝って下さっています。出来立ての鬼まんじゅうは大変好評でした。



## 11月の壁画作り

クリスマスに向けて、サンタとトナカイの壁画を作成中です。皆さんで手分けし、12月中旬に予定しているクリスマス会の時に飾れるように作業を進めています。



### 感染症予防に

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。

○11月～3月は感染症予防のため、常時マスクの着用をお願いしています。

○送迎車、テイルームは常時、換気をしています。

○手洗い、うがい及び消毒を実施しています。

### 12月の行事案内(\*^▽^\*)

○12月19日にクリスマス会を行います。また、お食事では鍋料理第二弾をご用意します。

#### ◆南天からのお願い◆

ご利用者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。

令和7年 12月

おしながき

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
健康な日々に願いを込めて 『おついたち』 ◆赤飯(北海道産小豆) ◆銀ひらすの西京焼き ◆しろ菜とちくわの煮浸し ◆みかんなます	◆カレイの中華あんかけ ◆しゅうまい ◆おくらと長芋の和え物	◆ちらし寿司 ◆ちくわの磯辺揚げ ◆ブロッコリーの胡麻和え	◆とろろそば(温) ◆しっとり炒り高野 ◆ほうれん草のお浸し	◆ホイコーロー ◆カリフラワーの豆乳クリーム和え ◆チーズ入り磯辺かまぼこ	◆白身魚フライ ◆厚揚げとピーマンの味噌炒め ◆人参と蒸し鶏の和え物
おやつ レモンケーキ	おやつ おかしなバナナ	おやつ 海老サラダ	おやつ 紅茶ビスケット	おやつ 鈴焼き黒糖カステラ	おやつ 各種ゼリー
8	9	10	11	12	13
『ご当地グルメ』 ～北海道～ ◆チキンと野菜のおいしさたっぷりスープカレー ◆スイートコーンのサラダ	◆にしんの山椒煮 ◆キャベツと薄揚げのお浸し ◆わかめと玉ねぎの甘酢和え	◆トマトとチキンのキーマカレー ◆一口コロッケ ◆かにかまと玉ねぎのサラダ ◆白桃ジュレ	◆タラの煮物 ◆小松菜と薄揚げの煮浸し ◆オクラとろろ	◆海老カツ ◆レバーの生姜煮 ◆キャベツのマリネ	◆わかめうどん(温) ◆だし巻き卵 ◆人参と蒸し鶏の和え物
おやつ 宇治抹茶ロールケーキ	おやつ ソフトせんべい	おやつ 柚実子	おやつ りんごあんパイ	おやつ 黒糖ロールケーキ	おやつ 紫芋プッセ
15	16	17	18	19	20
◆白身魚のケチャップ煮 ◆ナゲット ◆根菜サラダ	『鍋の日』 鍋料理で身も心もポカポカに♪	◆天然ぶりの照焼き ◆青根とピーマンのカラフル炒め ◆ハム入りマカロニサラダ	◆いわしの梅煮 ◆人参とわかめの土佐煮 ◆きゅうりとねぎの塩だれ和え	◆ソース焼きそば ◆しゅうまい ◆ひじきのサラダ	◆坦々そば丼 ◆みずくわいの中華炒め ◆柚子白菜
おやつ マカダミアナッツおみき	おやつ 誕生日会ケーキ	おやつ グルードーナツ	おやつ ラングドジャ	おやつ クリスマス会ケーキ	おやつ ポテトチップス
22	23	24	25	26	27
『冬至』 ◆タラの中華あんかけ ◆柚子味噌大根 ◆カリフラワーと小松菜のお浸し	◆三色丼 ◆キャベツと薄揚げの煮浸し ◆もやし酢の物の	◆だし香る和風とんてき ◆きのこ入りひじき煮 ◆小松菜のわさび和え	『クリスマス』 ◆チキンライス ◆フライドチキン ◆いんげんとうもろこしのソテー ◆さらさらサラダ ◆ロゼワイン風ジュレ	◆白身魚のピカタタルタルソース ◆さつま芋の甘煮 ◆キャベツのマリネ	◆鶏つくねと大根の煮物 ◆豆の煮物 ◆ほうれん草の胡麻和え
おやつ 黒豆しぼり	おやつ リトルクッキー	おやつ 米粉スナック	おやつ お楽しみ	おやつ 特選ほまれ	おやつ 宇治金時
29	30	31	『ご当地グルメ・北海道』		
◆一口とんかつ ◆具沢山野菜の煮込み ◆カリフラワーのマリネ	◆白身魚の揚げ煮 ◆キャベツのコンソメ煮 ◆おくらと長芋の和え物	年末休業日 本年も大変お世話になりました。よいお年をお迎えください。 年始は5日(月)より営業いたします。	北海道のご当地グルメ「スープカレー」は、鶏肉と野菜のうまみが溶け込んだスープに、ゴロゴロと具が入った食べごたえのあるカレーです。コーンの甘みがたっぷりの「スイートコーンのサラダ」と一緒に楽しみください!!		
おやつ ハニードーナツ	おやつ チョコプッセ				

○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。