

# 2020年11月 湧和通信

発行責任者  
 特定非営利活動法人 湧和  
 理事長 御殿谷 光廣  
 2020年11月1日

## 11月通所介護月間予定表

	月	火	水	木	金	土
午前	2 カラオケ 紙工作（静枝） 指導員体操	3 カラオケ	4 カラオケ 指導員体操	5 カラオケ 指導員体操	6 カラオケ	7 カラオケ 指導員体操
午後	ポッチャ	習字（阿部） 誕生会 ポッチャ	花遊び 誕生会 クシャゲーム	誕生会 クシャゲーム	習字（自習） 誕生会 物おとし	物おとし
午前	9 カラオケ 紙工作（静枝） 指導員体操	10 カラオケ 指導員体操	11 カラオケ	12 カラオケ	13 カラオケ	14 カラオケ 指導員体操
午後	棒ゲーム	習字（阿部） 棒ゲーム	物おとし	習字（藤） 物おとし	習字（高澤） 誕生会 ポッチャ	誕生会 ポッチャ
午前	16 カラオケ 紙工作（静枝）	17 カラオケ 指導員体操	18 カラオケ	19 カラオケ 指導員体操	20 カラオケ	21 カラオケ 指導員体操
午後	クシャゲーム	習字（阿部） 誕生会 クシャゲーム	誕生会 ポッチャ	ポッチャ	習字（高澤） 誕生会 棒ゲーム	棒ゲーム
午前	23 カラオケ 紙工作（静枝） 指導員体操	24 カラオケ	25 カラオケ 指導員体操	26 カラオケ 指導員体操	27 カラオケ	28 カラオケ 指導員体操
午後	物おとし	習字（阿部） 物おとし	棒ゲーム	習字（藤） 棒ゲーム	習字（高澤） 誕生会 クシャゲーム	クシャゲーム
午前	30 カラオケ 紙工作（静枝）					
午後	缶落とし					

日常生活動作訓練（個別機能訓練Ⅱ）にて、個人に合わせたメニューで機能訓練を実施しています！！

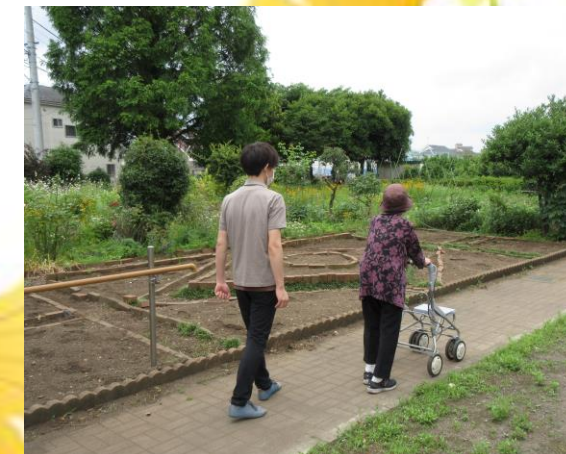
### 【指先の機能訓練】

ゲーム感覚で楽しみながら機能訓練を行っています！！



### 【歩行訓練】

室内だけではなく、庭を使用し、季節を感じながら歩行訓練も行っていきます！



## 2020年11月

## 11月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 白身魚のコーン マヨネーズ焼き 里芋の田舎煮 なます 味噌汁 フルーツ(りんご) 523kcal塩分2.1g	3 赤飯 かき揚げ 煮物 煮豆・お浸し おすまし フルーツ(柿) 620kcal塩分2.4g	4 鶏肉のマーマレード焼き 大根の蟹あんかけ しその実漬け和え スープ フルーツ(キウイ) 400kcal塩分2.1g	5 ほっけ塩焼き ジャーマンポテト 卵の花 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 531kcal塩分3.5g	6 焼肉 スパゲティサラダ ブロッコリーの胡麻かけ スープ フルーツ(オレンジ) 506kcal塩分2.4g	7 赤魚の味噌醤油焼き 茄子の田楽 浅漬け おすまし フルーツ(バナナ) 353kcal塩分2.1g
9 タンドリーチキン コールスローサラダ ニンニクの芽炒め煮 味噌汁 乳酸菌飲料 572kcal塩分2.2g	10 ふりかけごはん 秋刀魚の塩焼き 煮物 オクラのお浸し 豚汁 フルーツ(オレンジ) 620kcal塩分2.7g	11 豚肉の生姜焼き いんげんピーナッツ和え さつま芋レモン煮 すまし汁 ブルーベリーヨーグルト 547kcal塩分2.4g	12 鮭フライ 筑前煮 わさび菜和え物 味噌汁 フルーツ(みかん) 594kcal塩分2.4g	13 麻婆豆腐 南瓜の甘煮 ナムル 中華コーンスープ フルーツ(りんご) 512kcal塩分3.0g	14 ゆかりごはん 白身魚の幽庵焼き 五目豆 たたき胡瓜 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 460kcal塩分3.0g
16 鶏肉の梅味噌焼き 冬瓜かにかまあんかけ ザーサイ和え 中華スープ フルーツ(バナナ) 450kcal塩分3.4g	17 八宝菜 春雨サラダ ほうれん草の磯辺和え 味噌汁 フルーツ(柿) 480kcal塩分2.3g	18 菜飯 ぶり大根 煮物 なめ茸豆腐 味噌汁 フルーツ(りんご) 609kcal塩分3.7g	19 キーマ・カレー グリーンサラダ スープ フルーツヨーグルト 561kcal塩分3.2g	20 白身魚のチーズ焼き 肉じゃが ブロッコリーの マヨネーズ和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 559kcal塩分2.8g	21 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの炒め煮 マカロニサラダ スープ フルーツ(りんご) 506kcal塩分2.4g
23 青椒肉絲 切干大根煮 コーンサラダ 味噌汁 いちごヨーグルト 571kcal塩分2.8g	24 鯖の味噌煮 きんぴらごぼう 酢の物 おすまし フルーツ(りんご) 446kcal塩分3.0g	25 デミグラスハンバーグ じゃが芋シーチキン煮 トマトサラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 590kcal塩分2.5g	26 雑穀米 鯖の生姜醤油漬け焼き 田楽 長芋の和え物 すまし汁 バナナヨーグルト 507kcal塩分2.6g	27 鶏肉の磯部揚げ ピーマンのじゃこ炒め 人参サラダ スープ フルーツ(柿) 552kcal塩分1.8g	28 ホッケの香味焼き 薩摩揚げの おろしポン酢風味 春菊のお浸し 味噌汁 フルーツ(バナナ) 422kcal塩分2.5g
30 豚井 南瓜の甘煮 酢の物 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 461kcal塩分2.6g					