中部台ケアセンターだより

令和7年7月25日発行
特定医療法人 錦三会
中部台ケアセンター
TEL (0574)23-1155

8月号

いよいよ夏本番!!暑くなってきましたね。体調管理には十分に気を付けて、
水分や栄養をしっかり補給し、随時休息を取りながら元気に過ごしましょう!!

入所・ショートステイ

たくさんの願い事が集まりました☆彡

日常のご様子です☺

デイケア

先日、七夕の涼しげなお菓子でお茶会をしました。キラキラしたゼリーの中にフルーツやナタデココ。
皆さん、口々に『かわいいねぇ～。』『食べるのがもったいないね。』と話しながら、召し上がられました。涼を感じながらの、おやつは格別でしたね♪

デイケアからのお願い

①体調管理には十分にご注意ください。※感染対策として、マスクの着用・手洗い・うがい・換気に引き続きご協力ください。
②天候や交通事情により、送迎の時間が時間を要する事があります。
③施設内・送迎車内は、エアコンで空調管理をしております。寒く感じられることもありますので、薄手の羽織物等で調節下さい。又、衣類等の持物には、必ず記名をお願いします。
④汚れもの入れやお菓子の購入の際に使用するビニール袋の持参をお願いします。

栄養課より

夏場の食中毒に注意！

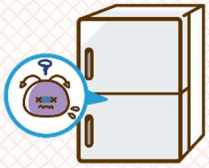
梅雨時から 9 月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。高齢者は抵抗力が弱くなっているので、食中毒にかかりやすく重症化する可能性が高いです。そのため注意が必要です。

食中毒予防の三原則

① つけない

手洗いを十分にしましょう
食材に直接触れる場合は手袋を！

②増やさない



調理後はできるだけ早く食べましょう
室温で長時間放置するのは危険です

③やっつける

食材の中心部まで十分に加熱しましょう

栄養課からお知らせ

6 月から給食会社が変更になりました。食事のことで気になることがありましたら、栄養課までご連絡下さい。
これからもよろしくお願いします。

お知らせ

- ケアプラン等計画書について
  ご家族様不在の場合、ご家族様に確認の上ご本人様にご署名をいただくことがあります。
  ご了承いただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。
- Facebook、Instagram を随時更新しております。ぜひご覧ください。 こちらから→

CHUBUDAI_OHTA_HOSPITAL.JP

R7年8月　中部台ケアセンター　献立表

選択Bメニュー

8月1日　あんパン・クリームパン・かぼちゃポタージュ
8月8日　レーズンロール・コーンスープ
8月15日　黒糖パン・コーンスープ
8月22日　ホットケーキ・かぼちゃポタージュ

	8/1（金）選択メニュー	8/2（土）	8/3（日）
朝	ご飯 ほうれん草とベーコンの炒め物 みそ汁(豆腐・あさつき) フルーツ缶(白桃) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) Ⓔ459 Ⓟ13.7 塩分2.1	ご飯 鰆の照焼 みそ汁(白菜・大根) フルーツ缶(洋なし) 減塩たいみそ Ⓔ473 Ⓟ21.0 塩分1.9	ご飯 卵とブロッコリー炒め みそ汁(かぶ・きぬさや) フルーツ缶(みかん) ふりかけ(Ca＆Mg鮭) Ⓔ445 Ⓟ12.8 塩分1.9
昼	ご飯 鶏肉の明太マヨ焼き 茄子のおろし煮 ハムサラダ フルーツ(みかん缶) Ⓔ493 Ⓟ22.4 塩分1.7	ご飯 エビフライ じゃがいもの煮物 そら豆のサラダ フルーツ(パイン) Ⓔ526 Ⓟ16.6 塩分1.5	ご飯 白身魚の山椒焼き 金平ごぼう マカロニサラダ フルーツカクテル Ⓔ478 Ⓟ18.3 塩分1.9
夕	ご飯 回鍋肉 たけのこのかか煮 海藻と海老のｻﾗﾀﾞ Ⓔ407 Ⓟ23.4 塩分2.3	ご飯 鶏肉の梅しそ風味焼き 切り昆布と大豆の煮物 小松菜の辛子和え Ⓔ409 Ⓟ24.6 塩分2.3	ご飯 とろろの洋風グラタン 豚肉ともやしの中華炒め 人参と水菜のｻﾗﾀﾞ Ⓔ589 Ⓟ26.0 塩分2.1

	8/4（月）	8/5（火）	8/6（水）	8/7（木）
朝	ご飯 ふんわり天の煮物 みそ汁(小松菜・白玉麩) フルーツ缶(黄桃) 減塩梅びしお Ⓔ404 Ⓟ11.0 塩分2.1	ご飯 青梗菜のｺﾝｿﾒ煮 みそ汁(しめじ・揚げ) フルーツ缶(リンゴ) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) Ⓔ457 Ⓟ13.1 塩分2.1	ご飯 肉じゃが(牛肉) みそ汁(白菜・わかめ) フルーツ缶(白桃) 減塩ゆずみそ Ⓔ504 Ⓟ13.3 塩分2.7	ご飯 里芋とイカの煮物 みそ汁(ﾎｳﾚﾝ草・ねぎ) フルーツ缶(洋なし) ふりかけ(Ca＆Ma野菜) Ⓔ415 Ⓟ15.6 塩分1.7
昼	ご飯 牛肉の漬け焼 磯辺揚げ 切干し大根とキクラゲの酢の物 フルーツ(バナナ) Ⓔ579 Ⓟ21.5 塩分2.2	ご飯 キーマカレー ひじきﾎﾟﾃﾄ ｷｬﾍﾞﾂと福神漬けの和え物 ヨーグルト和え Ⓔ621 Ⓟ20.0 塩分2.2	ご飯 赤魚のさらさ蒸し 炒り鶏 菜種サラダ ジョア Ⓔ445 Ⓟ26.5 塩分1.4	菜めし1/2 めんたいとろろうどん コーンクリームコロッケ ﾋﾟｰﾏﾝと鶏肉の甘辛炒め 杏仁フルーツ缶 Ⓔ523 Ⓟ16.9 塩分2.8
夕	ご飯 ホキの七味焼き 鶏肉と白菜のｱｰﾓﾝﾄﾞﾐﾙｸ煮 かぼちゃのサラダ Ⓔ480 Ⓟ24.0 塩分1.5	ご飯 帆立玉あんかけ ニラ豚炒め うの花 Ⓔ487 Ⓟ25.3 塩分2.0	ご飯 麻婆豆腐 揚げ餃子 人参の和風サラダ Ⓔ575 Ⓟ19.8 塩分2.0	ご飯 豚肉のｹﾁｬｯﾌﾟﾏｽﾀｰﾄﾞｿﾃｰ アスパラのソテー トマトと大葉のサラダ Ⓔ474 Ⓟ22.6 塩分1.6

	8/8（金）選択メニュー	8/9（土）	8/10（日）
朝	ご飯 オムレツのクリームがけ みそ汁(白玉麩・青梗菜) フルーツ缶(黄桃) 減塩のり佃煮 Ⓔ394 Ⓟ12.6 塩分2.0	ご飯 冬瓜の煮物 みそ汁(えのき・ねぎ) フルーツ缶(夏みかん) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) Ⓔ427 Ⓟ14.3 塩分1.9	ご飯 ブロッコリーの醤油バター炒め みそ汁(里芋・大根葉) フルーツ缶(洋なし) 減塩たいみそ Ⓔ416 Ⓟ16.9 塩分1.5
昼	ご飯 鶏肉の西京焼き スパゲティソテー 小松菜のｸﾙﾐ和え フルーツ(パイン) Ⓔ469 Ⓟ21.8 塩分2.5	ご飯 鰆の味噌ネーズ焼き 大学芋 白和え ヨーグルト和え Ⓔ669 Ⓟ23.6 塩分1.6	ご飯 揚げ出し豆腐 モヤシのスープ煮 トマトの中華サラダ フルーツ(バナナ) Ⓔ558 18.0Ⓟ 塩分1.9
夕	ご飯 さばの煮付け ゴーヤのゴマ味噌炒め ひじきとオクラのサラダ Ⓔ480 Ⓟ24.0 塩分1.6	ご飯 牛肉と牛蒡の炒め煮 海老団子の煮物 とろろいも Ⓔ516 Ⓟ20.3 塩分2.1	ご飯 豚肉と青梗菜のｵｲｽﾀｰｿｰｽ炒め 高野豆腐の煮物 柚子なます Ⓔ422 Ⓟ22.0 塩分2.6

	8/11（月）	8/12（火）	8/13（水）	8/14（木）
朝	ご飯 ウインナーソテー みそ汁(ほうれん草・揚げ) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ(Ca＆Mg鮭) Ⓔ486 Ⓟ14.2 塩分2.2	ご飯 牛肉とたけのこの旨煮 みそ汁(もやし・ねぎ) フルーツカクテル 減塩梅びしお Ⓔ458 Ⓟ17.4 塩分1.7	ご飯 青梗菜の洋風炒め みそ汁(豆腐・ワカメ) フルーツ缶(夏みかん) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) Ⓔ528 Ⓟ14.0 塩分2.6	鮭かゆ 牛蒡とさつま揚げの煮物 みそ汁(玉葱・大根葉) 杏仁フルーツ缶 ヨーグルト Ⓔ450 Ⓟ15.2 塩分2.6
昼	ご飯 鶏肉のｿﾃｰ甘酒ｿｰｽ 大根の金平 そら豆のサラダ ジョア Ⓔ480 Ⓟ24.3 塩分1.5	ご飯 鶏肉の油淋鶏風 なすのピリ辛味噌炒め 菜種サラダ フルーツ(みかん缶) Ⓔ492 Ⓟ21.2 塩分1.9	ご飯 とうもろこしご飯 夏野菜の天ぷら 鶏肉の煮物　行事食 人参サラダ フルーツ(ぶどう) Ⓔ585 Ⓟ19.8 塩分1.9	ご飯 鶏肉のピザ焼き ポトフ カリフラワーサラダ フルーツ缶(パイン) Ⓔ492 Ⓟ23.8 塩分1.6
夕	ご飯 卵と長芋のふわふわ焼き 大豆のチリコンカン 春菊のピーナツ和え Ⓔ516 Ⓟ21.9 塩分2.2	ご飯 おろし豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 人参と干瓢の甘辛炒め ｱｽﾊﾟﾗのマヨ和え Ⓔ538 Ⓟ23.8 塩分2.4	ご飯 豚肉の生姜焼き いかと白菜の中華風 モロヘイヤのおかかあえ Ⓔ496 Ⓟ25.6 塩分1.7	ご飯 ゴーヤチャンプル 切り干し大根の炒め煮 もずくの酢の物 Ⓔ473 Ⓟ23.0 塩分1.8

	8/15（金）選択メニュー	8/16（土）	8/17（日）
朝	ご飯 シーフード炒め みそ汁(ﾎｳﾚﾝ草・揚げ) 減塩ゆずみそ フルーツ缶(洋なし) Ⓔ421 Ⓟ17.7 塩分1.8	ご飯 肉詰めいなり みそ汁(なめこ・カブ) フルーツ缶(白桃) ふりかけ(Ca＆Ma野菜) Ⓔ465 Ⓟ16.0 塩分2.1	ご飯 青梗菜とえびの炒めもの みそ汁(里芋・ねぎ) フルーツ缶(夏みかん) 減塩のり佃煮 Ⓔ404 Ⓟ16.4 塩分1.9
昼	ご飯 カレイのムニエル ひき肉といんげんのピリ辛炒め カリフラワーサラダ フルーツ缶(パイン) Ⓔ503 Ⓟ26.1 塩分1.9	ご飯 豚肉の塩にんにく炒め かぼちゃの含め煮 豆苗の中華ドレ和え フルーツ(バナナ) Ⓔ524 Ⓟ23.3 塩分2.0	ご飯 鯖の梅煮 大豆と薩摩芋の揚げ煮 ｷｬﾍﾞﾂの甘酢和え ジョア Ⓔ616 Ⓟ28.6 塩分1.8
夕	ご飯 ツナ入千種焼き 蓮根の炒め煮 オクラと竹輪の醤油和え Ⓔ417 Ⓟ17.5 塩分2.2	ご飯 チキンのグラタン風 アスパラのソテー トマトの和風サラダ Ⓔ499 Ⓟ21.1 塩分1.8	ご飯 カニ玉あんかけ 揚げ焼売 山菜とろろ Ⓔ495 Ⓟ17.5 塩分2.8

	8/18（月）	8/19（火）	8/20（水）	8/21（木）
朝	ご飯 加賀揚げとオクラの煮浸し みそ汁(玉葱・大根葉) フルーツ缶(洋なし) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) Ⓔ406 Ⓟ13.3 塩分2.2	ご飯 高野豆腐の含め煮 みそ汁(えのき・白玉麩) フルーツ缶(リンゴ) 減塩たいみそ Ⓔ414 Ⓟ12.4 塩分1.9	ご飯 スクランブルエッグ みそ汁(薩摩芋・ねぎ) フルーツ缶(みかん) ふりかけ(Ca＆Mg鮭) Ⓔ469 Ⓟ12.9 塩分2.0	ご飯 菜の花の塩炒め みそ汁(豆腐・わかめ) フルーツ缶(白桃) 減塩梅びしお Ⓔ449 Ⓟ17.3 塩分2.5
昼	ご飯 鮭の揚げ南蛮漬け 焼きビーフン ブロッコリーサラダ フルーツ(キウイ) Ⓔ537 Ⓟ26.6 塩分1.5	ご飯 夏野菜カレー 漬け物(福神漬・らっきょう) 海老のｺﾌﾞｻﾗﾀﾞ風 ヨーグルト和え Ⓔ607 Ⓟ22.6 塩分2.7	菜めし1/2 冷やし中華 かつおﾌﾗｲ ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳの炒め物 杏仁フルーツ缶 Ⓔ561 Ⓟ24.0 塩分2.5	ご飯 コロッケ ピーマンのピリ辛炒め 人参のサラダ フルーツ(パイン) Ⓔ635 Ⓟ15.7 塩分1.6
夕	ご飯 鶏肉の木の芽味噌焼き かぶの豆乳煮 生姜ポテトサラダ Ⓔ497 Ⓟ22.3 塩分2.3	ご飯 白身魚のチーズ焼き ﾌｷとベーコンのｶﾞｰﾘｯｸ炒め うの花 Ⓔ479 Ⓟ21.1 塩分2.0	ご飯 挽肉の角煮 れんこん炒り煮 モロヘイヤのごま和え Ⓔ561 Ⓟ26.5 塩分1.7	ご飯 牛焼肉 大豆の煮物 くらげときゅうりの和え物 Ⓔ493 Ⓟ23.2 塩分1.9

	8/22（金）選択メニュー	8/23（土）	8/24（日）
朝	ご飯 ジャーマンポテト みそ汁(ほうれん草・揚げ) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) Ⓔ459 Ⓟ12.5 塩分1.9	ご飯 キャベツと海鮮の炒め物 みそ汁(えのき・青ネギ) フルーツ缶(洋なし) 減塩ゆずみそ Ⓔ388 Ⓟ13.7 塩分2.2	ご飯 白菜の旨煮 みそ汁(青梗菜・冬瓜) 杏仁フルーツ缶 ふりかけ(Ca＆Ma野菜) Ⓔ388 Ⓟ11.0 塩分2.2
昼	ご飯 鰆の南部焼き なすのオランダ煮 もやしの中華和え フルーツ(オレンジ) Ⓔ459 Ⓟ20.1 塩分1.7	ご飯 ビビンバ丼 南瓜の素揚げ　甘辛ｿｰｽがらめ ｶﾌﾞの梅おかか和え ヨーグルト和え Ⓔ579 Ⓟ22.6 塩分2.2	ご飯 かれいの煮付け 大豆のチリコンカン 小松菜の胡桃チーズ和え フルーツ(バナナ) Ⓔ491 Ⓟ28.3 塩分2.6
夕	ご飯 酢鶏 ブロッコリーと炒り卵の炒め物 アスパラのマヨサラダ Ⓔ526 Ⓟ20.9 塩分2.4	ご飯 擬製豆腐 ｺｰﾔとツナの塩昆布炒め ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのサラダ Ⓔ466 Ⓟ22.6 塩分1.5	ご飯 明太子のとろろ焼き にんじんしりしり 白和え Ⓔ479 Ⓟ20.1 塩分1.4

	8/25（月）	8/26（火）	8/27（水）	8/28（木）
朝	ご飯 ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳとベーコンソテー みそ汁(豆腐・揚げ) フルーツ缶(リンゴ) 減塩のり佃煮 Ⓔ493 Ⓟ13.7 塩分2.0	ご飯 魚河岸揚げの煮物 味噌汁(白玉麩・大根葉) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) Ⓔ469 Ⓟ13.6 塩分2.1	ご飯 赤魚の西京漬け みそ汁(舞茸・青ねぎ) フルーツ缶(白桃) 減塩たいみそ Ⓔ420 Ⓟ19.8 塩分2.0	ご飯 春菊の炒め物 みそ汁(なめこ・大根葉) フルーツ缶(みかん) ふりかけ(Ca＆Mg鮭) Ⓔ401 Ⓟ17.3 塩分2.0
昼	ご飯 鶏肉の山椒焼き きのこのソテー キャベツの中華和え フルーツ缶(夏みかん) Ⓔ388 Ⓟ21.7 塩分2.0.	ご飯 白身魚のコーンマヨ焼き 筍の金平 いんげんのごま和え フルーツ(パイン) Ⓔ492 Ⓟ21.7 塩分1.6	ご飯 麻婆茄子 切干し大根の炒めナムル ごぼうサラダ ジョア Ⓔ612 Ⓟ20.0 塩分2.6	ご飯 手作り白身魚フライ カリフラワーの洋風煮 トマトとワカメのサラダ ヨーグルト和え Ⓔ596 Ⓟ25.0 塩分2.6
夕	ご飯 ミートローフ 大根とカニかまのオイスター煮込 もやしサラダ Ⓔ504 Ⓟ22.0 塩分2.2	ご飯 ふくさ焼き 豚肉のごま味噌煮 ひじきとオクラの梅サラダ Ⓔ498 Ⓟ27.5 塩分2.2	ご飯 鶏肉の醤油麹焼き ズッキーニの炒め浸し かぶとﾐｮｳｶﾞの塩昆布和え Ⓔ359 Ⓟ17.6 塩分1.3	ご飯 回鍋肉 冬瓜のさっぱりスープ煮 人参サラダ Ⓔ409 Ⓟ19.2 塩分1.7

	8/29（金）選択メニュー	8/30（土）	8/31（日）
朝	ご飯 かぶの炒め物 みそ汁(切干大根・揚げ) フルーツカクテル 減塩梅びしお Ⓔ462 Ⓟ12.8 塩分2.0	ご飯 高野豆腐の煮物 みそ汁(えのき・たまねぎ) フルーツ缶(洋なし) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) Ⓔ398 Ⓟ11.4 塩分2.2	ご飯 白菜の洋風煮 みそ汁(しめじ・ねぎ) 杏仁フルーツ缶 減塩ゆずみそ Ⓔ369 Ⓟ15.1 塩分2.1
昼	ご飯 鶏肉のトマトソースがけ ﾌｷと葱のｶﾞｰﾘｯｸ炒め ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのﾋﾟｰﾅｯﾂ和え フルーツ(オレンジ) Ⓔ418 Ⓟ20.5 塩分2.1	ご飯 鯖のカレー煮 干瓢と大豆の煮物 もやしの磯和え フルーツ(キウイ) Ⓔ563 Ⓟ26.7 塩分2.1	ご飯 鶏肉の甘酒味噌漬け かぼちゃの含め煮 人参と貝割大根のサラダ フルーツ(バナナ) Ⓔ463 Ⓟ20.5 塩分2.2
夕	ご飯 揚出し豆腐のきのこあんかけ つきこんのチャプチェ コールスローサラダ Ⓔ596 Ⓟ22.9 塩分1.7	ご飯 豚肉のオニオンソース ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾍﾞｰｺﾝのﾏｽﾀｰﾄﾞｿﾃｰ 青梗菜のナムル Ⓔ491 Ⓟ21.9 塩分1.8	ご飯 とろろのふわふわ葱焼き ひき肉といんげんのピリ辛炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのサラダ Ⓔ523 Ⓟ23.1 塩分1.6