

中部台ケアセンターだより

令和7年8月25日発行

特定医療法人 録三会

中部台ケアセンター

TEL (0574)23-1155

9月号

いつも中部台ケアセンターをご利用頂き、誠にありがとうございます。
まだまだ暑い日が続きます。十分な食事・睡眠・水分補給をして暑さに
負けずに乗り切りましょう!!

入所・ショートステイ

summer!



日常のご様子です😊

デイケア



少しでも涼を感じて頂ければとかき氷や
アイスをご用意しました。

『冷たくて美味しい!』『次はどの味のアイ
スを食べようかな〜』

と楽しみにされ素敵な
笑顔が見られました😊



←夏の風物詩、スイカ割
りをしました!!



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

9月1日は「防災の日」!!



いざという時、慌てないために日頃から備えておくことが大切です。

災害では、まず第一に電気、水道、ガスのライフラインが停止してしまうことを想定しなければなりません。
農林水産省では、自宅の備蓄食糧を最低でも3日分、出来れば1週間分確保することを勧めています。

ローリングストックを始めませんか?

普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、使ったら使った分だけ
新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく
方法を「ローリングストック」と言います。



古いものから順番に使う事、使った分はすぐに補充する事を
意識しましょう!!



お知らせ

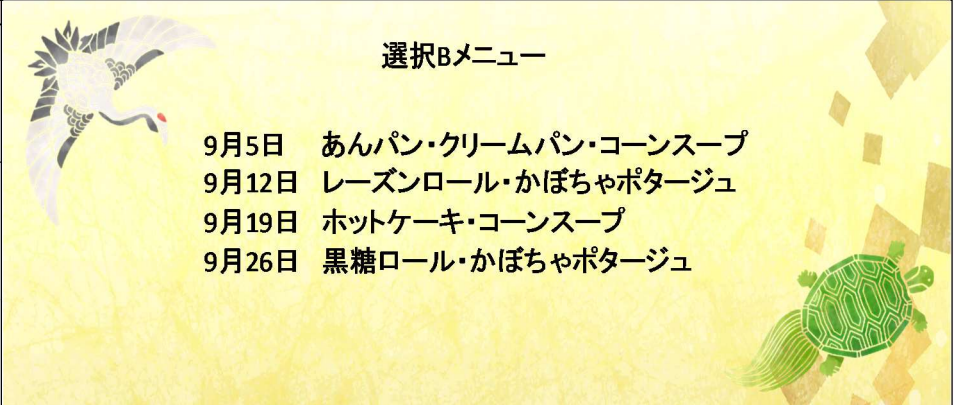


- ケアプラン等計画書について
ご家族様不在の場合、ご家族様に確認の上ご本人様にご署名をいただくことがあります。
ご了承いただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。
- Facebook、Instagram を随時更新しております。ぜひご覧ください。 [こちらから→](#)



CHUBUDAI_OHTA_HOSPITAL.JP

R7年9月 中部台ケアセンター 献立表

	9/1 (月)	9/2 (火)	9/3 (水)	9/4 (木)	9/5 (金)	9/6 (土)	9/7 (日)
朝	ご飯 菜の花の塩炒め みそ汁(冬瓜・きぬさや) フルーツ缶(白桃) 減塩のり佃煮 E405 @15.4 塩分2.2	ご飯 ふんわり天の煮物 みそ汁(薩摩芋・大根菜) フルーツ缶(リンゴ) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) E434 @10.4 塩分2.4	ご飯 高野豆腐の含め煮 みそ汁(かぶ・葱) フルーツ缶(白桃) 減塩たいみそ E417 @11.7 塩分2.3	ご飯 鶏肉と里芋の煮物 みそ汁(豆腐・菜の花) フルーツ缶(みかん) ふりかけ(Ca&Mg鮭) E409 @14.1 塩分1.9	ご飯 カレーソテー みそ汁(わかめ・舞茸) フルーツ缶(黄桃) 減塩梅びしお E428 @14.3 塩分2.6	ご飯 がんもの煮物 みそ汁(小松菜・白玉鮭) フルーツ缶(洋なし) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) E420 @12.2 塩分2.4	ご飯 ヤングコーンの洋風炒め みそ汁(なめこ・かぶ) フルーツ缶(みかん) 減塩ゆずみそ E449 @11.6 塩分2.2
昼	ご飯 白身魚のマスタード・パン粉焼き たけのこのツナ煮 春雨の和風サラダ フルーツ(みかん缶) E431 @22.5 塩分2.0	ご飯 きのこおろしハンバーグ 小松菜の洋風炒め 白ネギの酢味噌和え フルーツ(パイン缶) E523 @22.6 塩分2.8	ご飯 エビフライ ゼンマイのピリ辛炒め 白和え(枝豆) フルーツカクテル E620 @21.6 塩分1.7	菜めし1/2 山菜そば(冷) 磯辺揚げ ごぼうサラダ フルーツヨーグルト E499 @16.9 塩分3.2	ご飯 たらの野菜あんかけ じゃが芋の素揚げ 甘辛ソースがら ほうれん草の磯和え ジョア E492 @22.1 塩分1.8	ご飯 焼き栗コロッケ 蓮根の金平 かたろのゆかり和え フルーツ(リンゴ缶) E547 @13.0 塩分1.5	ご飯 肉団子の甘酢あん さつまいもレモン煮 中華風和え物 フルーツ(バナナ) E595 @15.5 塩分1.8
夕	ご飯 鶏肉のはちみつ照焼き 切干し大根の煮付け ヒジキのサラダ E481 @26.2 塩分1.9	ご飯 赤魚の幽庵焼き 炒り鶏 オクラのとろろ和え E383 @24.2 塩分1.2	ご飯 豚肉の生姜焼き アスパラのこのバター・醤油炒め 海藻サラダ E473 @27.4 塩分2.2	ご飯 卵と長芋のふわふわ焼き 茄子のそぼろあん 春菊のごま和え E496 @18.5 塩分1.6	ご飯 家常豆腐 筍の煮物 豆苗と大根のツナサラダ E487 @25.2 塩分1.6	ご飯 豚肉のトマト煮込み スナップエンドウの炒め物 セロリのナムル E459 @29.1 塩分2.0	ご飯 白身魚の七味味噌焼き 春菊の塩炒め うの花 E449 @24.6 塩分2.4
	9/8 (月)	9/9 (火)	9/10 (水)	9/11 (木)	9/12 (金)	9/13 (土)	9/14 (日)
朝	ご飯 アスパラのソテー みそ汁(豆腐・えのき) フルーツカクテル ふりかけ(Ca&Mg野菜) E495 @13.4 塩分2.5	ご飯 白菜とあさりの炒め煮 みそ汁(しめじ・玉葱) フルーツ缶(リンゴ) 減塩のり佃煮 E383 @9.9 塩分2.4	ご飯 えび茶巾あんかけ みそ汁(白玉鮭・大根菜) フルーツ缶(洋なし) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) E436 @13.4 塩分2.4	ご飯 卵とじ(車麩) みそ汁(なめこ・かぶ) フルーツ缶(みかん) 減塩たいみそ E446 @15.4 塩分2.6	ご飯 ミートボール みそ汁(白菜・揚げ) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ(Ca&Mg鮭) E519 @16.2 塩分2.4	ご飯 いかと菜の花の炒め煮 みそ汁(冬瓜・ねぎ) フルーツ缶(リンゴ) 減塩梅びしお E417 @16.9 塩分2.5	ご飯 ブロッコリーのソテー みそ汁(青梗菜・白玉鮭) フルーツ缶(洋なし) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) E440 @12.2 塩分2.3
昼	ご飯 鮭の塩焼き 大豆のチリコンカン 人参と水菜のサラダ フルーツ(パイン缶) E536 @25.9 塩分2.2	ご飯 揚げ豆腐の中華あん ピーマンと竹輪の金平 菜の花胡麻和え ジョア E548 @16.4 塩分1.8	ご飯 鶏肉の塩麹焼き キノコの中巻炒め 山菜のおろしあえ 杏仁フルーツ缶 E389 @18.3 塩分2.4	ご飯 鶏挽肉とニラのｽｽﾞｷ弁 なすのオランダ煮 大豆サラダ フルーツヨーグルト E605 @25.3 塩分1.5	ご飯 鱈の味噌ネーズ焼き にんじんしりしり モヤシのナムル フルーツ(パイン缶) E504 @23.0 塩分2.1	ご飯 麻婆茄子 切り干し大根の炒め煮 白和え フルーツ(みかん缶) E595 @21.3 塩分2.3	ご飯 チンジャオロース キャベツとツナの炒め物 カブの柚子和え フルーツ(バナナ) E483 @21.8 塩分1.8
夕	ご飯 鶏肉の香草チーズピカタ かたろとえびの炒め物 インゲンのショウガ和え E407 @25.2 塩分1.6	ご飯 ふくさ焼き 大根の粕煮 春雨の和風サラダ E450 @23.2 塩分2.0	ご飯 メバルの煮付け 野菜の洋風煮 かぼちゃサラダ E487 @21.9 塩分1.5	ご飯 鶏肉のマスタード焼き じゃが芋の中華炒め ブロッコリーのサラダ E513 @22.3 塩分2.1	ご飯 牛乳 高野豆腐と野菜の煮物 モロヘイヤの和え物 E521 @21.3 塩分1.7	ご飯 チキンのグラタン風 かぼちゃの小倉煮 小松菜の木の芽和え E437 @24.4 塩分1.6	ご飯 鯖の南部焼き つきこんの炒り煮 とろろいも E461 @18.8 塩分1.9
	9/15 (月)	9/16 (火)	9/17 (水)	9/18 (木)	9/19 (金)	9/20 (土)	9/21 (日)
朝	ご飯 スナップエンドウの炒め物 みそ汁(かぶ・えのき) フルーツカクテル 減塩ゆずみそ E499 @13.0 塩分2.3	ご飯 肉じゃが(牛肉) みそ汁(舞茸・わかめ) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ(Ca&Mg野菜) E490 @12.1 塩分3.0	ご飯 肉だんごの甘辛煮 みそ汁(玉葱・大根菜) フルーツ缶(白桃) 減塩のり佃煮 E447 @13.8 塩分2.4	鮭雑炊 牛蒡の旨煮 みそ汁(法蓮草・揚げ) フルーツ缶(みかん) ヨーグルト E437 @19.6 塩分2.4	ご飯 ジャーマンポテト みそ汁(薩摩芋・絹さや) フルーツ缶(洋なし) 減塩梅びしお E516 @11.9 塩分2.4	ご飯 冬瓜の煮物 みそ汁(舞茸・わかめ) フルーツカクテル ふりかけ(Ca&Mg鮭) E399 @11.1 塩分2.1	ご飯 大根といかの炒め煮 みそ汁(豆腐・青梗菜) フルーツ缶(リンゴ) 減塩たいみそ E413 @15.7 塩分2.0
昼	赤飯 タラの雲丹焼き 里芋まんじゅう行事食 きのこの白和え デザート E525 @27.7 塩分2.3	ご飯 黄金カレーのカレー焼き 黒酢根菜きんぴら オクラの梅和え ジョア E490 @28.2 塩分1.5	菜めし1/2 冷やし中華 エビかつ ブロッコリーの和え物 フルーツヨーグルト E568 @24.1 塩分3.0	ご飯 白身魚の木の芽味噌焼き カブとツナの炒め煮 中華くわいとう胡麻の中華和え フルーツ(パイン缶) E393 @22.9 塩分2.4	ハヤシライス ピーマンとアスパラの炒め物 マカロニサラダ フルーツ(黄桃缶) E631 @21.1 塩分2.2	ご飯 鯖のおろし煮 かぼちゃの煮物 ひじきとオクラのサラダ フルーツ(バナナ) E505 @22.4 塩分1.7	ご飯 鶏肉の塩味噌味噌焼き ブロッコリーの洋風煮 うの花 ジョア E459 @23.5 塩分2.7
夕	ご飯 千草焼き 大豆の煮物 カリフラワーのサラダ E461 @21.2 塩分1.8	ご飯 鶏肉のけんちゃんあんかけ 人参と干瓢の甘辛炒め 水菜のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え E530 @28.1 塩分1.7	ご飯 豆腐の肉味噌がけ 大学芋 モロヘイヤのごま和え E635 @22.5 塩分1.2	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き あさりと白菜のﾌﾞﾚｯﾄﾞﾈｯﾄ煮 海藻サラダ E358 @19.0 塩分2.0	ご飯 豚肉のキャバマスタードソテー ゼンマイのピリ辛 小松菜の和え物 E457 @20.3 塩分1.7	ご飯 カニ玉の甘酢あんかけ 竹の子と牛肉の炒め物 菜の花のお浸し E489 @23.5 塩分2.2	ご飯 豚肉の香味焼 ピーマンソテー 春菊のおかか和え E475 @22.7 塩分1.6
	9/22 (月)	9/23 (火)	9/24 (水)	9/25 (木)	9/26 (金)	9/27 (土)	9/28 (日)
朝	ご飯 オムレツのクリームがけ みそ汁(小松菜・白玉鮭) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ(Ca&Mgたらこ) E415 @14.3 塩分2.5	ご飯 がんもの煮物 みそ汁(えのき・絹さや) フルーツ缶(白桃) 減塩ゆずみそ E430 @12.5 塩分2.1	ご飯 アスパラとベーコンソテー 味噌汁(舞茸・大根菜) フルーツカクテル ふりかけ(Ca&Mg野菜) E446 @11.8 塩分2.5	ご飯 高野豆腐の含め煮 みそ汁(牛蒡・ねぎ) フルーツ缶(リンゴ) 減塩のり佃煮 E409 @10.5 塩分2.2	ご飯 ブロッコリーのバター醤油炒め みそ汁(かぶ・絹さや) フルーツ缶(みかん) ふりかけ(Ca&Mgのりかつお) E444 @12.9 塩分2.1	ご飯 加賀揚げと青梗菜の煮浸し みそ汁(豆腐・ねぎ) フルーツ缶(黄桃) 減塩梅びしお E390 @12.3 塩分2.6	ご飯 スクランブルエッグ みそ汁(菜の花・白玉鮭) 杏仁フルーツ缶 ふりかけ(Ca&Mg鮭) E466 @13.3 塩分2.3
昼	ご飯 鯖竜田揚げ 白菜の中華煮 ポテトサラダ フルーツ(パイン缶) E610 @28.1 塩分1.7	ひじきと菜漬けご飯 かき揚げの煮付け ごぼうの炒め煮 白和え 杏仁フルーツ缶 E449 @23.5 塩分2.2	ご飯 鶏のから揚げ フキと豚肉の甘辛金平 カリフラワーのサラダ フルーツ(みかん缶) E532 @24.7 塩分1.5	チキンカレーライス 漬物(福神漬・らっきょう) 豆と海老のコブサラダ風 フルーツヨーグルト E585 @26.3 塩分2.5	ご飯 あじの梅干し煮 筍の金平 華風和え フルーツ(パイン缶) E427 @21.2 塩分2.5	ご飯 ナメコと豚肉のおろしポン酢 ヤングコーンのがーリック炒め 白菜のサラダ ジョア E569 @26.4 塩分1.5	ご飯 まんぞくコロッケ ひじきと大豆の煮物 菜の花の梅おかかあえ フルーツ(バナナ) E612 @18.3 塩分2.3
夕	ご飯 揚げ豆腐 大根と切り昆布の煮物 山菜とろろ E401 @19.5 塩分2.4	ご飯 鶏肉の山椒焼き オクラの梅煮 人参サラダ E476 @26.8 塩分1.8	ご飯 白身魚のみぞれ生姜 ニラもやし炒め モロヘイヤのゴマ和え E428 @24.8 塩分2.0	スベイン風オムレツ きのこのソテー 小松菜のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え E492 @21.7 塩分1.7	ご飯 明太子のとろろ焼き キャベツとピーマンの味噌炒め アスパラのサラダ E502 @22.2 塩分1.5	ご飯 鯖の柚庵焼き オクラと竹輪のおかか醤油炒め ほうれん草とたくあんのごま和え E416 @21.8 塩分1.9	ご飯 鶏肉のカレーマヨ焼き 糸コンと舞茸の炒め物 スナップエンドウの和え物 E440 @21.4 塩分1.5
	9/29 (月)	9/30 (火)					
朝	ご飯 牛蒡の煮付け みそ汁(揚げ・冬瓜) フルーツ缶(洋なし) 減塩たいみそ E414 @16.1 塩分1.8	ご飯 厚揚げの煮物 みそ汁(青梗菜・人参) フルーツカクテル ふりかけ(Ca&Mgたらこ) E431 @13.0 塩分2.0					
昼	三色丼 かぶの煮物 さつまいもサラダ フルーツ(みかん缶) E589 @26.1 塩分2.2	ご飯 鶏肉のはちみつ照焼き 春菊の塩炒め 菜種サラダ フルーツ(パイン缶) E412 @20.2 塩分1.8					
夕	ご飯 すき焼き 切干し大根のｷｬﾊﾞﾁ炒め もずくの酢の物 E534 @24.2 塩分1.9	ご飯 赤魚のゆかり揚げ たけのこのツナ煮 うの花 E497 @21.6 塩分2.4					

選択Bメニュー

9月5日 あんパン・クリームパン・コーンスープ
 9月12日 レーズンロール・かぼちゃポターージュ
 9月19日 ホットケーキ・コーンスープ
 9月26日 黒糖ロール・かぼちゃポターージュ