

# 中部台ケアセンターだよい

新年あけましておめでとうございます。2026年は、どんな年にしたいですか？

第一に、体調を崩すことなく、一年間元気に笑って過ごしたいですね!!

今年も、中部台ケアセンター職員一同、笑顔でお待ちしております😊

令和7年12月25日発行

特定医療法人 錄三会

中部台ケアセンター

TEL (0574)23-1155

1月号



## 入所・ショートステイ

クリスマスケーキを食べました😊



Merry Christmas



クリスマス会を行いました♪

## 栄養課より

お正月に食べるおせち料理は美味しいだけでなく、一つ一つに願いが込められているのを知っていますか？

今回は主なおせち料理に込められる意味や願いについてご紹介します！



海老

「腰が曲がるほど長生きをする」という長寿祈願が込められています。また飛び出た目を「めでたし」と表します。



昆布巻き

「こぶ」は「よろこぶ」に通ずるとして縁起が良い食べ物です。不老長寿や子孫繁栄の願いが込められています。



黒豆

「まめに働くように」といった勤勉や健康を祈願した縁起物。地域によっては豆にシワが出るように煮て長寿を願い、いただきます。



伊達巻

巻いた形状が巻物を連想させることから、学業成就の願いが込められています。

令和7年12月25日発行

特定医療法人 錄三会

中部台ケアセンター

TEL (0574)23-1155

## デイケア

デイケアでは、12月から『足湯』をオープンし順番にお楽しみいただいております♪  
まだの方はぜひお楽しみに！



### 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・換気にお協力ください。
- ②衣類・持ち物に、必ず記名をお願いします。



## お正月といえば「おせち料理」！

おせち料理は日持ちさせるために濃い目に味付けされた物が多いです。食べる分だけ取り皿に分け、食べすぎに注意しましょう！



## 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、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

- 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

## R8年1月 中部台ケアセンター 献立表

選択Bメニュー		1/1 (木)	1/2 (金)	1/3 (土)	1/4 (日)	
朝	1月16日 あんパン・クリームパン・かぼちゃポタージュ	ご飯 お雑煮風 豆腐のあんかけ おせち盛り ファイバーヨーグルト ⑮833 ⑫12.6 塩分2.3	ご飯 加賀揚げの煮物 みそ汁(大根・あげ) フルーツ缶(白桃) のり佃煮 ⑮394 ⑫10.0 塩分2.3	ご飯 ほっけのみりん焼き みそ汁(春菊・えのき) フルーツ缶(白桃) たいみそ ⑮497 ⑫20.2 塩分2.5	ご飯 にんじんしりしり みそ汁(かぶ葉・白玉麩) フルーツ缶(みかん) ふりかけ ⑮402 ⑫10.4 塩分2.5	
	1月23日 デニッシュパン・コーンスープ	ちらし寿司 おせち盛り合わせ ほうれん草の白和え ようかん(梅)	ご飯 すき焼き風 豆腐の中華炒め 小松菜のごま和え	ご飯 カレー(豚) 漬物(福神漬) サラダ(ロココローサラダ) みかんのヨーグルト和え ⑮551 ⑫17.4 塩分2.5	ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 揚げ餃子 もやしのナムル フルーツ缶(洋梨) ⑮613 ⑫21.4 塩分1.8	
	1月30日 黒糖ロール・かぼちゃポタージュ	ご飯 ブリの照焼 炊き合せ 柚なます ⑮432 ⑫16.9 塩分1.8	ご飯 ツナ入り千種焼き かんもの煮付け 長芋サラダ ⑮475 ⑫20.4 塩分1.9	ご飯 鶏肉七味焼き 空豆の煮物 中華和え ⑮390 ⑫22.9 塩分1.8	ご飯 揚げ豆腐のきのこそぼろ 3色いなり煮 おくらのおかか和え ⑮452 ⑫19.2 塩分1.9	
朝	1/5 (月)	1/6 (火)	1/7 (水)	1/8 (木)	1/9 (金)	
	ご飯 チングル菜とベーコン炒め 味噌汁(玉葱・茄子) フルーツ(パイント缶) ふりかけ ⑮410 ⑫10.1 塩分2.4	ご飯 なすの揚げ浸し 味噌汁(豆腐) フルーツ(洋梨缶) ふりかけ ⑮433 ⑫9.5 塩分1.6	七草粥 冬瓜とあげの煮物 味噌汁(わかめ・じゃが芋) ファイバーヨーグルト ⑮340 ⑫10.3 塩分1.8	ご飯 角麩の煮つけ 味噌汁(菜の花) フルーツ缶(杏仁) 鯛みそ ⑮420 ⑫14.0 塩分2.2	ご飯 炒り卵 味噌汁(白玉麩・ねぎ) フルーツ缶(白桃) ふりかけ ⑮443 ⑫13.7 塩分2.1	ご飯 鶏大根 味噌汁(きなさや・もやし) フルーツ缶(黄桃) 梅びしお ⑮399 ⑫12.9 塩分2.2
	ご飯 鰯の味噌煮 ひじき大豆煮 もずく三杯酢 フルーツ缶(黄桃) ⑮501 ⑫22.7 塩分1.9	赤飯 天婦羅盛合せ かき玉汁 ほうれん草とかにかまの和え物 みかん 1/2個 ⑮601 ⑫17.4 塩分3.0	ご飯 鶏のごま醤油揚げ 切干大根の炒め煮 海草サラダ ジョア ⑮480 ⑫22.0 塩分1.8	ご飯 魚のチャンチャン焼き じゃが芋と枝豆の煮物 白菜の昆布和え フルーツ缶(みかん) ⑮437 ⑫17.7 塩分1.6	ご飯 うどん 鶏肉の天ぷら カリフラーの和え物 バナナ ⑮480 ⑫21.4 塩分3.4	ご飯 シーフードクリームシチュー 竹輪の磯辺揚げ 大豆サラダ フルーツ杏仁 ⑮604 ⑫20.3 塩分3.2
朝	1/10 (土)	1/11 (日)	1/12 (月)	1/13 (火)	1/14 (水)	
	ご飯 鶏のみぞれ生姜焼き ジャーマンポテト マカロニサラダ フルーツ缶(みかん) ⑮565 ⑫22.6 塩分2.1	ご飯 さわらの梅焼き 南瓜のそぼろ煮 なめこのおろし和え ⑮404 ⑫17.4 塩分1.6	ご飯 お好み焼 竹輪と根菜の炒め煮 もやしといんげんのゴマサラダ ⑮572 ⑫21.8 塩分2.8	ご飯 ミートローフ ビーフン炒め 小松菜からし和え ⑮545 ⑫25.2 塩分2.3	ご飯 豚肉と豆腐の中華煮 焼壳 いんげんのおかか和え ⑮491 ⑫20.2 塩分1.6	ご飯 牛肉と野菜のオイスター炒め 金平(さつまいも) 白菜のサラダ ⑮528 ⑫17.4 塩分1.1
	1/15 (木)	1/16 (金)	1/17 (土)	1/18 (日)	1/19 (月)	
朝	ご飯 ほうれん草の炒め 味噌汁(なす・キヌサヤ) フルーツ缶(フルーツカキ) のり佃煮 ⑮392 ⑫11.8 塩分2.1	ご飯 冬瓜と鶏の煮物 味噌汁(わかめ・ナメコ) フルーツ缶(洋梨) ふりかけ ⑮392 ⑫12.4 塩分2.0	ご飯 さつまいも炒め煮 味噌汁(大根・ワカメ) フルーツ缶(みかん) ゆずみそ ⑮451 ⑫12.3 塩分2.0	ご飯 3色いなり煮 味噌汁(玉葱・あげ) フルーツ缶(杏仁) 野菜ふりかけ ⑮433 ⑫14.3 塩分1.8	ご飯 スクランブルエッグ 味噌汁(じゃが芋・ほうれん草) フルーツ缶(白桃) 梅ひじお ⑮418 ⑫8.5 塩分2.6	ご飯 煮豆(人参・こんにゃく) 味噌汁(豆腐) フルーツ缶(白桃) のりかつおふりかけ ⑮432 ⑫15.3 塩分2.8
	1/20 (火)	1/21 (水)	1/22 (木)	1/23 (金)	1/24 (土)	
	ご飯 ベーコンのソテー 味噌汁 フルーツ缶(黄桃) ふりかけ ⑮436 ⑫9.1 塩分1.9	ご飯 里芋の煮物 味噌汁(冬瓜) フルーツ缶(フルーツカキ) ふりかけ ⑮395 ⑫9.3 塩分2.3	ご飯 肉詰めいなり煮 味噌汁(かぶ) フルーツ缶(パイン) ゆずみそ ⑮474 ⑫16.2 塩分2.7	ご飯 高野豆腐と竹輪の煮物 味噌汁(じゃがいも・わかめ) フルーツ缶(洋梨) 野菜ふりかけ ⑮400 ⑫12.2 塩分2.4	ご飯 オーブンオムレツ 味噌汁(揚げ・葉の花) フルーツ缶(みかん) うめひじお ⑮422 ⑫13.3 塩分2.7	ご飯 じやがいもの煮付(ツナ) *みそ汁(えのき・とうふ) フルーツ缶(杏仁) たらこふりかけ ⑮411 ⑫10.4 塩分2.1
朝	1/25 (日)	1/26 (月)	1/27 (火)	1/28 (水)	1/29 (木)	
	ご飯 鮭の塩焼き 豆腐とあさりの酒蒸し ごま和え(オクラ・人参) フルーツ缶(洋梨) ⑮490 ⑫21.5 塩分2.4	ご飯 菜飯1/2 かき揚げそば 炒り卵(エビ) 酢の物(もずく) ジョア ⑮527 ⑫14.2 塩分3.2	ご飯 魚の中華風白菜あんかけ かぼちゃそぼろ煮 海藻サラダ フルーツ缶(リンゴ) ⑮495 ⑫17.5 塩分2.1	ご飯 きのこハンバーグ 小松菜の酢味噌和え 冬野菜の具沢山スープ フルーツ缶(パイン) ⑮451 ⑫22.9 塩分2.8	ご飯 豚肉と野菜の五目炒め 里芋の煮ころがし 昆布和え フルーツ缶(黄桃) ⑮501 ⑫18.1 塩分1.2	ご飯 魚のみぞれ煮 厚揚げの煮付け とろろ フルーツ缶(みかん) ⑮476 ⑫22.0 塩分1.9
	ご飯 鶏肉七味焼き なすの味噌炒め かぶのゆずマヨ和え ⑮515 ⑫22.5 塩分1.4	ご飯 カレイの煮付 豆乳鍋 青梗菜とわかめの生姜和え ⑮392 ⑫25.2 塩分1.4	ご飯 牛肉香味焼き 鶏肉蓮根の煮物カクテ 白和え ⑮484 ⑫22.4 塩分1.2	ご飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め 大學芋 いんげんのサラダ ⑮599 ⑫17.6 塩分1.1	ご飯 白身魚のフライ 冬瓜の煮付け わさび醤油和え ⑮548 ⑫17.8 塩分2.3	ご飯 青椒牛肉絲 焼壳 ナムル(大根) ⑮461 ⑫18.1 塩分2.1
朝	1/30 (金)	1/31 (土)	1/32 (日)	1/33 (月)	1/34 (火)	
	ご飯 がんもどきの含め煮 味噌汁(冬瓜・大根葉) フルーツ缶(リンゴ) ゆずみそ ⑮402 ⑫11.5 塩分2.2	ご飯 しんじょうの煮付け 味噌汁(えのき・ほうれん草) フルーツ缶(黄桃) ふりかけ ⑮391 ⑫9.7 塩分2.5	ご飯 麸の卵とじ 味噌汁(白菜・青ねぎ) フルーツ缶(フルーツカキ) 鯛みそ ⑮420 ⑫13.5 塩分2.3	ご飯 スナップえんどうの炒め物 味噌汁(大根・葉) フルーツ缶(パイン) 野菜ふりかけ ⑮380 ⑫10.7 塩分2.3	ご飯 ジャー・マン・ポテト 味噌汁(白玉麩・ワカメ) フルーツ缶(洋梨) たらこふりかけ ⑮447 ⑫11.0 塩分2.4	ご飯 煮物(人参・はんぺん) 味噌汁(小松菜・わかめ) フルーツ缶(白桃) ふりかけ(鮭) ⑮367 ⑫12.5 塩分1.7
	1/35 (水)	1/36 (木)	1/37 (金)	1/38 (土)	1/39 (日)	
朝	ご飯 魚の山椒煮 ぜんまい炒め煮 春菊のお浸し フルーツ缶(フルーツカキ) ⑮467 ⑫18.4 塩分1.3	ご飯 なすと豚肉のおろしポン酢 春雨の炒り煮 白菜のサラダ フルーツ缶(みかん) ⑮521 ⑫18.9 塩分1.7	ご飯 鶏照り焼き わげん菜とじめしのバター炒め かぶとミョウガの昆布和え フルーツ缶(リンゴ) ⑮465 ⑫20.5 塩分1.9	ご飯 鰯の南部焼き 炒め煮 金時豆 バナナ ⑮546 ⑫21.6 塩分1.3	ご飯 揚げ鶏の葱ソース もやしのカレー炒め カリフラーとコーンのサラダ フルーツ缶(パイン) ⑮516 ⑫21.0 塩分1.9	ご飯 酢鶏 茄子のひき肉炒め オクラと山芋の和え物 ⑮590 ⑫21.8 塩分2.6
	1/40 (木)	1/41 (金)	1/42 (土)	1/43 (日)	1/44 (月)	
	ご飯 タンドリーチキン アスパラのコンソメ煮 マカロニサラダ ⑮646 ⑫23.6 塩分2.9	ご飯 鶏の塩麹焼き 南瓜と枝豆の煮物 ひじきの白和え ⑮503 ⑫22.2 塩分1.6	ご飯 麻婆豆腐 切干し大根の炒め ごぼうサラダ(カニカマ) ⑮558 ⑫18.5 塩分2.3	ご飯 豚の生姜焼き ブロッコリーと炒り卵 アスパラのマヨネーズサラダ ⑮526 ⑫20.7 塩分2.1	ご飯 ピカタ 田中 ピカタ 田中 ⑮472 ⑫20.8 塩分2.1	ご飯 みじんしりしり みそ汁(かぶ葉・白玉麩) フルーツ缶(みかん) ふりかけ ⑮402 ⑫10.4 塩分2.5