



やまぶき281号

令和6年3月1日 発行
横浜市六浦地域ケアプラザ
横浜市金沢区六浦5-20-2



2月には横浜でも雪が降りあったという間に雪景色になりました。そんな中でしたがデイサービスは休まず、皆様にご利用して頂くことができました。送迎にはご迷惑をおかけした事をお詫び申し上げます。まだ寒い日がありますが、辺りには季節の花が咲き始め、暖かい春はもうすぐそこまできています。



今年も六浦小学校から頂いた菜の花が満開に咲きました。



鬼退治

節分豆まき行いました！

ちょっと怖い赤鬼、青鬼に化けたスタッフめがけて真剣にお手玉を投げました。



最後は赤鬼・青鬼と記念撮影しました。



個別口腔ケア

歯科衛生士が昼食後にブラッシングやマッサージ
歯磨き指導を丁寧にケアしています。
ご希望の方は問い合わせ ください。



四字熟語

□にあてはまる字をいれましょう

- ① 一 □ 不 □
- ② 一 念 □ 起
- ③ 一 騎 当 □
- ④ 頑 □ 一 徹
- ⑤ 意 気 揚 □





の献立表

月

火

水

木

金

土

日

メニューは都合により
予告なく変更となる場合が
ございます。
ご了承下さい。

答え

1. 心・乱 2. 発 3. 選
4. 個・徹 5. 楊

1

菜めし
鯖のさつと煮
ポテトのきんぴら煮
味噌汁
ひなあられ

2

菜の花御膳
ひなあられ

3



4

豚のソース丼
豆腐サラダ
グレーゼリー
ごぼうの赤だし
フルーツパンケーキ

5

赤飯
揚げ出し豆腐
青菜の胡麻和え
けんちん汁
フルーツパンケーキ

6

ゆかりご飯
豚の角煮大根
五目金平
味噌汁
フルーツパンケーキ

7

三色丼
春キャベツのコールスロー
フルーツ
おぼろ汁
フルーツパンケーキ

8

とろろそば
新玉葱のサラダ
フルーツ
フルーツパンケーキ

9

ご飯
関西風すき煮
若芽サラダ
味噌汁
フルーツパンケーキ

10



11

炊きおこわ
はんぺんの挟み焼
白和え
沢煮椀
苺のプリン

12

彩り寿司
焼売あんかけ
フルーツ
清汁
苺のプリン

13

ちゃんぽん風うどん
ぶどう豆
きな粉ヨーグルト
苺のプリン

14

ご飯
鶏のチーズ焼き
豆腐のあんかけ
味噌汁
苺のプリン

15

春野菜のリゾット
鶏と大根のサラダ
フルーツヨーグルト
オニオンスープ
苺のプリン

16

かやくご飯
鯖のレモン醤油焼き
山吹和え
芋っこ汁
苺のプリン

17



18

五目菜飯
ニラの卵とじ
豆乳ゼリー
トマトと玉葱のスープ
ぼた餅

19

ごまとろろご飯
鯖の塩焼き
ひじきの煮物
味噌汁
ぼた餅

20

菜めし
千草焼き
春野菜の Pasta サラダ
打ち豆汁
ぼた餅

21

ご飯
鯖のごま胡椒焼き
やわらかさつま揚げ
味噌汁
ぼた餅

22

ご当地定食
京都おぼんざい
ぼた餅

23

ラーメン
バンサンスープ
フルーツ寒天
ぼた餅

24



25

ご飯
鯖の蒲焼き
高野とポテトの市松煮
味噌汁
誕生会ケーキ

26

京風うどん
山芋サラダ
抹茶ゼリー
誕生会ケーキ

27

小葱とチーズのご飯
鶏の黒酢風味
人参とシラスの金平
若芽スープ
誕生会ケーキ

28

しらすご飯
肉じゃが
野菜のナムル
おぼろ汁
誕生会ケーキ

29

バターライス
ハンバーグ
ポテトサラダ
野菜スープ
誕生会ケーキ

30

しめじのドライカレー
鶏の照焼
りんごゼリー
ジュリエンスープ
誕生会ケーキ

31

