

やまぶき284号

令和6年6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

爽やかな5月も終わり、季節は梅雨を迎えました。
湿度が高いと体調も崩しやすくなりますので、皆様体調管理に気を付けて
お過ごしください。

ケアプラザ運動会



選手宣誓



ボックスタワー



ボール送り



5月16日から18日の3日間になりますが運動会を行いました。
殆どの方が初めての参加でした。勝負がつくと悔しい思いをし
たり、喜んだりと楽しく行うことができました。

おらせ

ご利用下さい！臨時・振り替え

ご利用日に休んでしまった、家族が出かけるので一人で家にいるのが不安・・・など。ご利用日でない日でも
デイサービスを使うことができますので相談ください。

問い合わせ デイサービス直通
080-2050-7899

お誕生日
おめでとうございます。

6月生まれの利用者さん

Happy Birthday



の献立表

月	火	水	木	金	土	日
---	---	---	---	---	---	---

メニューは都合により変更になる場合がございますので、ご了承下さい。



1
 鮭ご飯
 五目煮しめ
 フルーツヨーグルト
 清汁
 プリン

2

3
 ご飯
 鶏肉と茄子の南蛮煮
 春雨サラダ
 味噌汁
 きな粉蒸しパン

4
 中華風五目うどん
 トマトのマリネ
 リンゴゼリー
 味噌汁
 きな粉蒸しパン

5
 ご飯
 ポラの南蛮漬け
 茄子の鶏とほろ
 味噌汁
 きな粉蒸しパン

6
 ご飯
 筑前煮
 山芋梅肉和え
 清汁
 きな粉蒸しパン

7
 紫陽花御膳
 きな粉蒸しパン

8
 中華丼
 大根サラダ
 牛乳寒
 若芽スープ
 きな粉蒸しパン

9

10
 とろろそば
 かき揚げ
 うぐいす豆
 抹茶のクレープ

11
 豆腐しらす丼
 磯部揚げ
 フルーツ
 なめこ汁
 抹茶のクレープ

12
 焼きおこわ
 千草焼き
 さわやかカレーサラダ
 清汁
 抹茶のクレープ

13
 ご飯
 酢豚
 青菜のお浸し
 味噌汁
 抹茶のクレープ

14
 梅粥
 鯖のみそ焼き
 マカロニサラダ
 牛乳寒
 抹茶のクレープ

15
 キャロットご飯
 鶏の和風グリル
 キャベツのみぞれ和え
 味噌汁
 抹茶のクレープ

16

17
 海鮮ドムツト
 冷しゃぶ梅ソース
 フルーツ
 たまごスープ
 誕生会

18
 ご飯
 鯖の照焼
 野菜の含め煮
 味噌汁
 誕生会

19
 ご当地定食
 岐阜牛丼
 誕生会

20
 鶏のつくね丼
 豆腐と貝柱のくず煮
 フルーツ
 清汁
 誕生会

21
 サラダうどん
 フルーツきんとん
 抹茶ゼリー
 誕生会

22
 焼き鯖寿司
 きくらげと牛蒡さらだ
 フルーツ
 カラフル味噌汁
 誕生会

23

24
 五目菜飯
 ポテトサラダ
 杏仁豆腐
 清汁
 水ようかん

25
 ゆかいご飯
 鶏の竜田揚げ
 えのき若芽の酢の物
 沢煮案
 水ようかん

26
 五目そば
 ぶどう豆
 フルーツ
 水ようかん

27
 ご飯
 鯖のトマトボン酢
 厚揚げとほろ煮
 味噌汁
 水ようかん

28
 しらす寿司
 シャキシャキサラダ
 フルーツ
 清汁
 水ようかん

29
 豚のソース丼
 コーンと胡瓜の御和え
 フルーツゼリー
 清汁
 水ようかん

30