

やまぶき 301号

令和7年11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

暑い暑い夏もいつの間にか終わり、今年もあと2か月弱。
今年は秋の花粉症やインフルエンザが流行っています。
体調を崩すことなく、年末に向けて元気にお過ごしください。

かつぼれ
かつぼれ

衣装もバッチリと
決まっています。

きれいにそろった踊りで
ご利用者は目が釘付けです

千南海会の皆様

令和7年10月2日の木曜日、今年も六浦地域ケアプラザのデイサービスに千南海会の皆さまがいらっしゃいました。皆様は「かつぼれ」の意味をご存じでしょうか？起源は諸説ありますが、江戸の浅草神社で大道芸として演じられた江戸住吉踊りがルーツと言われています。

NEWS 9:00~15:00

11月16日(日)の六浦フェスタに
デイサービスも出店致します。

11月の献立表

月

火

水

木

金

土

メニューは都合により予告なく変更となる場合がありますので、ご了承ください。

1
たらの
きのこソース/
洋風切干大根煮/
うまい菜の
ツナ和え/
汁物/ご飯

おやつ: 栗羊羹

3
ソイの粕漬け/
竹輪豆そぼろ/
大根の生姜和え/
汁物/ご飯

4
豚肉の
練り味噌かけ/
長ひじき煮/
さつま芋の
さっぱり和え/
汁物/ご飯

5
黒胡麻コーンの
きのこあん/
鰯だんご香草和え/
菜の花の
ジャポネサラダ
汁物/ご飯

6
肉詰め天ぷら/
竹の子の土佐煮/
人参しいし/
汁物/ご飯

7
親子丼/
里芋の白みそ煮/
畑菜ともやしの
和え物/
汁物/ご飯

8
赤魚の煮付け/
鶏ごぼう/
法蓮草
ツナマヨサラダ/
汁物/ご飯

おやつ: 黒糖カステラ

10
牛肉のケチャップ
ソース炒め/
大豆の洋風煮/
菜の花ミルクドレ/
汁物/ご飯

11
鮭のごま醤油焼き/
カレー厚揚げ/
畑菜の
柚子かつお和え/
汁物/ご飯

12
牛肉きのこ炒め/
春雨と
木耳の煮物/
カリフラワーの
和え物/
汁物/ご飯

13
ソイのレモン
ペッパー焼き/
ハムステーキ/
いんげんの
ピーナッツ和え/
汁物/ご飯

14
さばの味噌煮/
厚揚げの
バター醤油/
うまい菜の
野菜ドレ/
汁物/ご飯

15
ロールキャベツ
クリーム煮/
ソフトマカロニの
ミートソース/
畑菜と蒸し鶏の和え物/
汁物/ご飯

おやつ: 焼き芋

17
チンジャオロース/
おふくろ豆/
キャベツの
辛子味噌かけ/
汁物/ご飯

18
豚カルビ/
はんぺんの
和風煮/
小松菜と揚げの
和え物/
汁物/ご飯

19
ホキの
青紫香味焼き/
ソーセージと
野菜ソテー/
ポテトツナサラダ/
汁物/ご飯

20
牛肉と蓮根の
甘辛煮/
高野と海老の
卵とじ/
うまい菜の人参金平/
汁物/ご飯

21
ハンバーグ
デミソース/
ジャーマンポテト/
カリフラワーの
マリネ/
汁物/ご飯

22
白身魚の煮付け/
かぼちゃと
枝豆炊合わせ/
いんげんの
ごま風味サラダ/
汁物/ご飯

おやつ: 練乳あずきプリン

24
さわらの
梅かつお焼き/
茎わかめと
竹輪の煮物/
小松菜の野菜ドレ/
汁物/ご飯

25
ニラ饅頭の
あんかけ/
焼きピーマン/
しろ菜の
中華和え/
汁物/ご飯

26
豚と大根の
甘露煮/
ツナじゃが/
菜の花の白和え/
汁物/ご飯

27
カニクリーム
コロッケ/
ソフトマカロニ
ホットチリ/
ハムのマリネ/
汁物/ご飯

28
白身魚の味噌煮/
茄子の
トマトソース/
コールスロー
サラダ/
汁物/ご飯

29
肉豆腐/
春雨の炒め煮/
オクラの
青じそ風味和え/
汁物/ご飯

おやつ: 芋羊羹