

2025年11月1日



こんにちは



夏の暑さから急に気温が下がり秋の短さを感じています。

皆様気温の変化にお変わりなく、元気に過ごされていますでしょうか。

ひと昔前は、10月といえば衣替えを行う時期だったように思います。今では長い期間半袖が活躍しているように思います。四季の移り変わりも変化し、春や秋の期間をとても短く感じるようになりました。秋を短く感じるため、急に年末になるような気さえします。

さて、いよいよ待ちに待った日帰り旅行が目の前となりました。また、日帰り旅行が終わったら12月には、恒例のクリスマス会があります。今年は12月24日のクリスマスイブの日にクリスマス会が開かれます。午後からは、保護者の方もご参加いただけますので、クリスマスと一緒にみんなで素敵な時間を過ごしましょう。

おしゃせ

休館日

11月3日(月)文化の日
24日(月)振替休日
のため休館いたします。

年末年始休館のお知らせ

年内の営業は、12月26日(金)までです。
令和7年12月27日(土)～令和8年1月4日(日)までは冬季休館日です。

年明けの営業は、令和8年1月5日(月)から営業開始となります。
よろしくお願ひいたします。







ディセンターラポートたるみ 「ひまわり」

令和7年度



11月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	祝日	自主訓練	ゴルフ	日帰り旅行 (創作活動)	カラオケ	
9	10	11	12	13	14	15
	ボーリング	足浴	創作活動	自主訓練	日帰り旅行 (何しようか 会議)	
16	17	18	19	20	21	22
	自主訓練	日帰り旅行 (創作活動)	足浴	ドライブ	ペガサス 交流会	
23	24	25	26	27	28	29
	振替休日	ギター コンサート	自主訓練	お茶会	スヌーズレン	



お月見メニュー



10月はお月見メニューがありました♪

- ・お月見タコライス
 - ・里芋ペペロンチーノ
 - ・スープ
 - ・マンゴープリン
- タコライスとマンゴープリンにはウサギが乗っていて可愛いておいしい給食でした♡



給食だより

2025年11月



公園の木々の葉も色づき、だんだんと秋が深まってきたね。朝晩の寒さも増してきました。

風邪や感染症のウイルスを防ぐためには、からだを温め、免疫機能を高めることができます。

大切なことです。旬の食べ物から充分に栄養を摂取し、からだを整え寒い冬に備えましょう。

西部在宅障害者福祉センター



3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
 文化の日	ごはん 一口カツ れんこんと小松菜のサラダ スープ エネルギー - 673 kcal 蛋白質 25.4 g	ごはん 野菜炒め 白和え 味噌汁 フルーツ エネルギー - 668 kcal 蛋白質 28.3 g	ごはん 鯖みそ煮 キャベツと人参のごまぼん酢 すまし汁 牛乳かん エネルギー - 644 kcal 蛋白質 31.5 g	ごはん 豚肉の生姜焼き おろし和え 味噌汁 エネルギー - 638 kcal 蛋白質 29.6 g
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
ごはん ムニエル ポークピーンズ スープ/ゼリー エネルギー - 623 kcal 蛋白質 30.9 g	ごはん ちゃんぽん麺 しゅうまい ふりかけ/果物 エネルギー - 673 kcal 蛋白質 29.1 g	ごはん きのこの煮込みハンバーグ ひじき 味噌汁 エネルギー - 682 kcal 蛋白質 31.2 g	ごはん 親子煮 茄子田楽 味噌汁 エネルギー - 644 kcal 蛋白質 30.3 g	カレーライス 大根サラダ ヨーグルト 福神漬 エネルギー - 640 kcal 蛋白質 23.4 g
17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)
ごはん 肉じゃが 春菊と竹輪の胡麻和え 味噌汁 ジョア エネルギー - 676 kcal 蛋白質 32.8 g	そぼろ丼 里芋の煮ころがし 味噌汁 コーヒーゼリー エネルギー - 582 kcal 蛋白質 24.5 g	ご飯 おでん 白菜の柚子和え 味噌汁 エネルギー - 614 kcal 蛋白質 41.3 g	ごはん 若鶏唐揚げ いんげんの和え物 切り干し大根の煮物 ぶた汁 エネルギー - 709 kcal 蛋白質 37.0 g	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 根菜の煮物 味噌汁 抹茶のデザート エネルギー - 615 kcal 蛋白質 32.2 g
24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)
振替休日 たらの竜田揚げ 豆腐のぽかぽかあんかけ 味噌汁 のりの佃煮/プリン エネルギー - 616 kcal 蛋白質 32.8 g	ごはん 赤飯(小) しっぽくうどん なます ヨーグルト エネルギー - 511 kcal 蛋白質 24.0 g	ごはん 八宝菜 焼きぎょうざ わかめスープ みかん エネルギー - 556 kcal 蛋白質 25.1 g	ごはん マカロニグラタン ごぼうサラダ ミネストローネ エネルギー - 711 kcal 蛋白質 25.3 g	

(重心デイケアの摂取量は基本、表示の約7割です。献立は都合により変更する場合がございます。ご了承ください。)