



ひかりの里

デイ・ショート公式LINEアカウント

お友だち登録はコチラ

デイサービス・ショートステイ新聞



謹賀新年

1月号

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は、皆様より温かいご理解とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

令和8年は、これまで培ってきた地域とのつながりをさらに深めながら、

利用者様一人ひとりの思いや生活背景に寄り添った、「その人らしさ」を

大切にするケアの実践に、より一層力を注いでまいります。

職員一同、安心して過ごしていただける環境づくりと、質の高いサービスの

提供を目指し、誠実に取り組んでまいりますので、本年も変わらぬご指導と

ご協力を賜りますようお願い申し上げます。施設長 片桐幸司

本年もどうぞよろしくお願いいたします

ぽかぽか

2026.1.10発行

Merry Christmas

12月17日(水)~19日(金)

デイサービスとショートステイ合同でクリスマス会が開催されました。

会場はクリスマスの飾りつけで彩られ、職員やボランティアさんによる

歌や催しを楽しみながら、とても楽しい時間を過ごすことができました。

利用者様方からも「楽しかったよ〜」「クリスマスっていいね〜」と

いった声も聞かれ、心がほっと温まるひとときとなりました。

これからも季節を感じながら、皆さまと一緒に楽しい時間を大切に

していきたいと思います。



もちつき大会、開催!!

2026年、うまく
いきますように!



12月12日(金)毎年恒例の『餅つき大会』を開催しました。

利用者様にも杵を握っていただき、職員と一緒に力を合わせてお餅をつきました。

最初は遠慮がちだった利用者様も、職員や他の利用者様の「よいしょ!」の掛け声を聞くと

杵を高く振り上げてお餅をついてらっしゃいました。会場は終始笑顔と歓声に包まれ、

大変にぎやかなひとときとなりました。餅つき大会に昔を懐かしむ声や喜びの声があふれ、

季節行事の大切さを改めて感じる一日となりました。



12月の献立

その他、栄養のバランスを考えた美味しいご飯、

利用者様に合った食事形態で提供させていただいております。

ご利用される日の献立について興味や関心のある方はお問合せください。

	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)
朝食	ごはん 牛乳 牛乳 彩りしんじょう のり佃煮 みそ汁 牛乳	ごはん 小松菜の中華炒め 鶏の香梅煮 しこの実漬 みそ汁 牛乳	ごはん 五福の含め煮 枝かきと三ツ葉の和え物 ふりかけ みそ汁 牛乳	ごはん コンソメ煮 ツナマヨ 桜大根 みそ汁 牛乳	ごはん 高野豆腐と野菜の煮物 納豆 刺し茄子 みそ汁 牛乳・ヤクルト	ごはん 切干大根の煮物 蓮根の梅おから和え 青胡瓜漬 みそ汁 牛乳	ごはん 煮込み 魚河岸揚げ ふりかけ みそ汁 牛乳・ヤクルト
昼食	焼きそば さつま芋サラダ 中華スープ フルーツポンチ	ロールパン グラタン 青じそサラダ 玉子スープ 白ぶどうジュース	ごはん メンチカツ かんもも根菜の炒り煮 奈良漬 みそ汁	ごはん 松風煮のり風味 冬至南瓜 青葉の柚子かつお和え みそ汁	ごはん 和風卵焼き 牛蒡の炒り煮 野菜の煮物 みそ汁	ごはん 鶏の唐揚げ 里芋と長葱の煮付け ピーナッツ和え なめこ汁	ごはん 鶏の唐揚げ ポテトサラダ コーンスープ カクテル缶
夕食	ごはん 豚肉の鉄火煮 炒りおから おにぎり昆布 すまし汁	ごはん 豆腐のカニ味噌煮 肉詰めいなり いんげんの黒胡麻和え すまし汁	ごはん 味噌野菜鍋 さつま芋のフルー煮 ほうれん草のわさび和え すまし汁	ごはん エビのムース香煎 大根の炒り煮 もろみ和え すまし汁 みかん缶	ごはん 回鍋肉 ポテトの胡麻油和え スロウコリーのドレッシング すまし汁	ごはん エビボールのチリソース 南瓜のあんかけ もやしの中華和え すまし汁 パイナップル缶	ごはん 枝豆と豆腐のあんかけ 野菜のチャブチ 金時豆 どろ汁

お知らせ

ケアプランセンターひかりの里

1月16日(金)開所します!!

ケアマネジャーが常駐する
在宅介護の相談窓口です。

1月の予定

1月3日(土)行事食「おせち」

1月7日(水)行事食「七草粥」

1月19日(月)理美容

※事前予約制

年末年始のショートステイの
家族送迎ご協力いただき、
ありがとうございました!

編集後記

脳トレ

正解は2月号で(^^)

?問題 □に入る漢字は?

+速 一量 ×船 ÷ □ ヒント①「+」「-」「×」「÷」に注目

12月号の正解は「サンタさん」! ヒント②「+」⇒加 「-」⇒減

加減乗除と熟語にできるのは、、、、。

「さんたすさん」から「す」を引くと、、、皆さんの家には来ましたが!?

原嶋政治様

下田才七様

浅見秀子様

お誕生日
おめでとう
ございます

いつまでも
元気でいてね!

1月

クイズ

