

ぼんちょう通信

2026
7月号

発行:社会福祉法人みやき会

今月のレクリエーションのテーマは、「ヒヤヒヤ」
うちわ作りや海岸ドライブ、風船を落とさないように棒をとっていく
レクだったり、色々な意味でひんやりできましたか？
我々スタッフも企画したものが盛り上がるか、常にヒヤヒヤです。

世界にひとつだけ

うちわ作り

みんなでわいわい

誕生会

風船落とさないようにね～

GoGoさんぽ

種差海岸へ

平澤の

つれづれなるままに

予報さえ
ひっくり返す
笑い声

こちらが種差海岸で～す

8月献立表&行事予定

ディサービスセンターばんちょう



日		月		火		水		木		金		土	
												1	
2		3		4		5		6		7		8	
パンカレー お楽しみ小鉢 福神漬		アリの焼焼き 添)おろし大根 揚げじゃが(青のい) 白菜と若布の生姜和え		春雨と豚肉のしょうゆ炒め 厚揚げの白だし煮 紅白なます		鶏から揚げ 添)おぐらのおかか和え お麩の味噌煮込み しつとり卵の花		にしん蒲焼き 添)味噌いんげん 肉じゃが ひじき煮		親子丼 ほうれん草お浸し 白菜たまご風味		焼きラーメンとんこつ 小松菜ナムル パイナップル	
9		10		11		12		13		14		15	
タラと蓮根の甘酢あん さつまいも甘露煮 からし菜の大豆ミート和え		冷やし中華 ゴーヤと厚揚げの土佐煮 カットマンゴー		赤魚の酒煮し アワラの西京焼き さつまいも豆乳の中華鍋 いんげんの黒胡麻和え				中華丼 わかめと煮し鶏のサラダ リンゴダイス		やわらか豚の生姜焼き 青菜と豆腐のとうみ煮 木耳と人参の中華サラダ		混ぜご飯 千金のマヨネーズ炒め 茄子のサルサソース 枝豆とキャベツのソテー風	
16		17		18		19		20		21		22	
混ぜご飯 チーズチキンカツ ごぼうとさつまいも揚げの金平 ほうれん草と切干大根のナムル		ポークカレー 福神漬 茎わかめのマヨ和え パイナップル		白身魚のねぎあんかけ パッタイ豆腐豆腐干 長芋のねぎおぼろ和え		ロコモコ丼 添)ポイルドコロコロリー ほくほくジャーマンポテト 胡瓜のしモンマリネ		焼きうどん(醤油味) いんげんのピーナッツ和え カットマンゴー		サバ煮付け さつまいもと昆布の煮物 菜の花の辛子和え		海老の千切ソース 中華春雨 白菜サラダ	
23		24		25		26		27		28		29	
きつねそば コールスロー リンゴダイス		豚唐揚げのマーマレード炒め かつとベーコンの洋風煮 ほうれん草と大豆のごま和え		ビビンバ丼 キャベツの赤しお和え 茄子の漬物		白鮭の塩焼き 添)おろし大根 ちんげん菜と豚肉の炒め 京うの花		肉団子の甘酢鍋 かぼちゃの含め煮 チョレギサラダ		牛肉のスタミナ混ぜご飯 かんとおきの含め煮 瓜と昆布のおかか和え キャベツの浅漬		ばんちょう フレートランチ	
30		31											
アジ甘露煮 炊合わせ みかん入いなます		マーマー茄子 えびいりピーマン 海藻ときゅうりの酢の物											

* 毎日、3時のおやつがあります。 * メニューに変更がある場合があります。

* 日付け横は行事予定です。



ホームページは
こちらから→



インスタグラムは
こちらから→



ご利用等のお問合せは 0178-72-1070

平澤・久保沢まで