

ベタニヤ・ホームだより

# ひまわり

2024年 12月1日発行  
社会福祉法人 聖ヒルダ会  
軽費老人ホーム ベタニヤ・ホーム  
〒245-0062横浜市戸塚区汲沢町1060  
Tel 045-864-5933  
fax 045-862-1914  
<http://www.hiruda.or.jp>  
ヒルダ会で検索



## 《今月の行事・お知らせ》

Merry  
Christmas!



- 12月24日(火) ★イヴ礼拝★**  
場所:ロビー 午後6時30分  
★夕食時間を午後5時30分に変更します
- 12月26日(木) ★クリスマス礼拝★**  
場所:チャペル 午前10時  
★クリスマス祝会★  
場所:食堂・ロビー 正午より

### 暮れの大掃除 お手伝いします

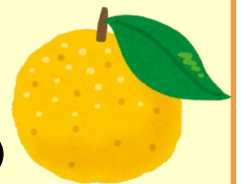


日々のお掃除では汚れが落とせてないところ、ありませんか。きれいなお部屋で新年を迎えるお手伝いします。居室内の点検・防災点検も合わせて行います。12月1日より順次訪問いたします。

### ゆず湯

寒くなってまいりました。  
ゆず湯で温まりましょう。

12月21日(土)~  
23日(月)



### 食堂のテーブル・椅子を新調します

クリスマスは新しいテーブルと椅子でお祝いできそうです。  
長く使用したテーブル・椅子の交換は、12月23日(月)を予定しています。  
搬入・設置の時間帯によって、食事時間等ご協力いただく場合があります。  
お席の配置についてもご相談いたしますので、よろしく願いいたします。



# 2024年(令和6年)12月

日	月	火	水	木	金	土
1 主日礼拝 洗濯機一斉清掃 年末居室訪問	2 聖餐式 (チャペル10:30)	3 移動販売とくし丸	4 ハンドベル練習 (13:30)  タオル体操 (14:30)	5 	6 書道教室 (チャペル10:00) 資源ごみ古紙回収 クリーニング ハンドベル(13:30) 移動販売とくし丸	7 名作劇場 「敦煌」 後援会主催コンサート 横濱山手聖公会 (14:00)
8 主日礼拝	9 聖餐式 (チャペル10:30)	10 横浜信金受付 ヘアカット 移動販売とくし丸	11 古屋医師往診 ハンドベル練習 (13:30)  タオル体操 (14:30)	12 横浜信金受取 	13 資源ごみ古紙回収 ハンドベル(10:30) クリーニング <b>コロナワクチン接種</b> (13:45戸塚病院) 移動販売とくし丸 移動パン販売	14 名作劇場 「タイタニック」 (前編)
15 主日礼拝 名作劇場 「タイタニック」 (後編)	16	17 移動販売とくし丸	18 ハンドベル練習 (13:30)  タオル体操 (14:30)	19 	20 資源ごみ古紙回収 クリーニング 移動販売とくし丸 ハンドベル練習 (10:30)	21 名作劇場 「天使にラブソング を」
22 主日礼拝	23 聖餐式 (チャペル10:30)	24 横浜信金受付 移動販売とくし丸 夕食(17:30) イブ礼拝 (ロビー18:30)	25 電気メーター検針 (10:30~) ハンドベル練習 (13:30) お風呂メンテナンス (入浴中止)	26 横浜信金受取 クリスマス礼拝 (10:00) 祝会(12:00) 	27 資源ごみ古紙回収 クリーニング 移動パン販売 移動販売とくし丸	28 名作劇場 「コンサート」
29 主日礼拝	30	31 大晦日	<p style="text-align: center;"><b>コロナワクチン接種</b> 12月13日(金) 午後1時45分~ 今回は、戸塚病院で接種します。 ご希望の方は、送迎します。</p> 			

## 【2025年1月の予定】

三が日のお食事時間は変更します。

朝食 午前8時~  
昼食 午後0時30分~  
夕食 午後6時~

- ◇お書初め 3日
- ◇初詣 6日
- ◇12月・1月誕生会 16日
- ◇防災訓練 22日



## ◆編集後記◆

いよいよあと1か月で今年も終わります。毎年この時期には時の経つのは何と早いもの...と思います。振り返ってみますと、今年もなかなか激動の年だったと言えるのではないのでしょうか。21世紀に悩むことになるとは全く思わなかった戦争が、ウクライナとロシア、パレスチナとイスラエルなどではなかなか収まりそうにありませんし、トランプ氏が大統領に選ばれたり、日本の政治でも変化の多い年となりました。これからの日本は、世界は、どのようになるのでしょうか？先日、立教大学の西原廉太総長のお話を聞く機会があり、今の若者にキリスト教の大学が伝えたい建学の精神として、真理を探究すること、この世界・社会・隣人のために奉仕すること、があげられていました。本当に、自分のことというより、人のためにという精神が大切...と思うこの頃です。

来年こそは平和な良い年になりますように。 施設長

**日付**	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
	日	月	火	水	木	金	土	日
朝食	ごはん 根菜入りつくね 白花豆 かにかまと玉葱サラダ 味噌汁 牛乳 544Kcal	ごはん 鶏と野菜のボン酢煮 白菜漬 フロッコリーのおかかマヨ 味噌汁 牛乳 464Kcal	パン各種 ミートオムレツ 南瓜の含め煮 ツナマヨコーン スープ 牛乳 435Kcal	ごはん ひじきと枝豆の寄せ揚げ 人参しいり 生姜おかか和え 味噌汁 牛乳 483Kcal	パン各種 肉団子のケチャップ煮 花野菜洋風蒸し サラダマカロニ スープ 牛乳 461Kcal	ごはん 厚焼玉子 昆布佃煮 豆腐けんちん煮 味噌汁 牛乳 469Kcal	パン各種 厚揚げのクリーム煮 野菜煮込 カリフラワーマリネ スープ 牛乳 372Kcal	ごはん 肉団子の照り焼き 豆の煮物 おくらとろろ 味噌汁 牛乳 537Kcal
昼食	赤飯 天ぷら しらすの酢の物 味噌汁 メロンゼリー 514Kcal	マカロニグラタン 白菜サラダ スープ ピーチゼリー 494Kcal	ごはん はんぺんフライ ほうれん草の梅かつお和え 味噌汁 フルーヨーグルト 602Kcal	バターチキンカレー コールスローサラダ 福神漬、らっきょう 果物 664Kcal	ごはん かれの煮つけ 南瓜サラダ 味噌汁 果物 496Kcal	ごはん 豚肉の生姜焼き わかめの酢の物 味噌汁 果物 514Kcal	ビビンバ丼 春雨のごま酢あえ 味噌汁 いちごゼリー 636Kcal	ごはん あじの揚げ煮 ポテトサラダ 味噌汁 果物 502Kcal
夕食	ごはん 鶏の西京漬け もやしとちくわの和風和え 清汁 小付け 519Kcal	ごはん むつの粕漬け焼き れんこんの土佐煮 具沢山味噌汁 小付け 620Kcal	ごはん 鶏の治部煮 ごぼうサラダ 味噌汁 小付け 539Kcal	ごはん 鮭のチャンチャン焼 里芋の煮物 清汁 小付け 395Kcal	ごはん 酢豚 胡瓜とわかめの中華和え 味噌汁 小付け 593Kcal	ごはん さわらの塩焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 味噌汁 小付け 468Kcal	ごはん 家常豆腐 かまぼことわかめの酢の物 野菜椀 小付け 459Kcal	ごはん キャベツと豚肉のごまソースかけ ほうれん草の菜種和え 清汁 小付け 434Kcal
**日付**	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日	12月16日
	月	火	水	木	金	土	日	月
朝食	ごはん ニシンの塩蒸し 磯辺蒲鉾 金時豆 味噌汁 牛乳 491Kcal	パン各種 スクランブルエッグ 薩摩芋レモン煮 ツナマヨコーン スープ 牛乳 511Kcal	ごはん 厚揚げの野菜あん フロッコリー胡麻和え ポテトサラダ 味噌汁 牛乳 483Kcal	パン各種 肉団子と小松菜のコンソメあん キャベツサラダ ハム スープ 牛乳 473Kcal	ごはん 高野豆腐卵とじ みかんなます 生姜おかか和え 味噌汁 牛乳 530Kcal	パン各種 野菜とマカロニのコンソメ煮 キャベツとツナのレモン和え 豆オーロラソース和え ベビーチーズ 牛乳 443Kcal	ごはん ひじきと枝豆の寄せ揚げ 春雨五日炒め 白菜浅漬 味噌汁 牛乳 528Kcal	ごはん 大根と里芋のどぼろあん 青梗菜炒め煮 白花豆 味噌汁 牛乳 437Kcal
昼食	ごはん ポークチャップ シルバーサラダ 味噌汁 果物 546Kcal	ごぼうの炊き込みごはん 鮭のもろみ味噌漬け焼き ほうれん草のわさび和え 清汁 果物 425Kcal	ラーメン (味噌/醤油) 蒸しシューマイ 杏仁豆腐 550Kcal~	ごはん 鶏の唐揚げ コンビネーションサラダ 味噌汁 果物 635Kcal	ごはん さわらの南部焼き たまごときくらげの炒め物 味噌汁 果物 511Kcal	ごはん 豚肉のチンジャオロース 豆腐の中華サラダ スープ オレンジゼリー 557Kcal	シーフードピラフ 胡瓜とツナの和風和え スープ 果物 429Kcal	中華丼 もやしとちくわの中華和え 味噌汁 ぶどうゼリー 549Kcal
夕食	ごはん ぶい大根 青梗菜とエリンギの和風ソテー 味噌汁 小付け 500Kcal	ごはん 肉団子と白菜の煮物 南瓜のごま炒め 味噌汁 小付け 587Kcal	ごはん たらほイル包み蒸し ごぼうとさつま揚げの炒め煮 味噌汁 小付け 502Kcal	やまかけ丼 車麩の煮物 味噌汁 小付け 419Kcal	ごはん 豚肉と大根の煮物 春菊のわさび和え 味噌汁 小付け 510Kcal	菜飯 かれののろし煮 五目豆 味噌汁 小付け 500Kcal	ごはん 鶏肉のピカタ さつま芋のレモン煮 味噌汁 小付け 610Kcal	ごはん あじの塩焼き 高野豆腐の煮物 具沢山味噌汁 小付け 445Kcal

**日付**	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
	火	水	木	金	土	日	月	火
朝食	パン各種 鶏と野菜の白ワイン煮 大根の洋風煮 ハム スープ 牛乳 461kcal	ごはん 根菜入りつくね みかんなます 昆布佃煮 味噌汁 牛乳 486kcal	フレンチトースト ウインナーと野菜のクリーム煮 マカロニトマト炒め 切干カレーピクルス 牛乳 495kcal	ごはん 厚揚げのオレンジチャップ 白菜としらすのお浸し 金時豆 味噌汁 牛乳 460kcal	パン各種 オムレツ マカロニチーズクリーム わかめと玉葱のツナサラダ スープ 牛乳 470kcal	ごはん 鶏と野菜のポン酢煮 カリフラワーと小松菜のお浸し 昆布佃煮 味噌汁 牛乳 489kcal	ごはん 高野豆腐卵とじ 切干ピクルス 生姜おかか和え 味噌汁 牛乳 492kcal	パン各種 野菜とマカロニの洋風煮 豆腐ナゲット ツナマヨコーン スープ 牛乳 516kcal
昼食	ごはん 肉じゃが しらすの酢の物 味噌汁 果物 466kcal	ごはん 鶏の照り焼き 小松菜のなめたけ和え 具沢山味噌汁 果物 478kcal	ゆかりごはん 筑前煮 水菜のごま醤油和え 味噌汁 果物 485kcal	ごはん さわらの粕漬け焼き 卵の花炒り 味噌汁 果物 559kcal	ナポリタン カニサラダ 南瓜ポタージュ 果物 556kcal	五目チャーハン 大根サラダ スープ 果物 421kcal	ごはん かれいのもろみ味噌漬け焼き 南瓜となすの揚げ浸し 沢煮椀 果物 472kcal	茶飯 おでん ほうれん草のなめ茸和え 味噌汁 果物 501kcal
夕食	ごはん カニクリームコロッケ 白菜の青じそ和え 味噌汁 小付け 651kcal	ごはん 和風おろしハンバーグ ごぼうの金平 味噌汁 小付け 617kcal	ひじきごはん むつの幽庵焼き かぼちゃのいとこ煮 味噌汁 小付け 538kcal	ごはん 肉豆腐 もやしと水菜の和風和え 味噌汁 小付け 551kcal	ごはん さばの味噌煮 小松菜の梅かつお和え 清汁 小付け 475kcal	ごはん 鮭のムニエル 春菊の白和え 味噌汁 小付け 640kcal	ごはん 焼き餃子 シルバーサラダ スープ 小付け 516kcal	ごはん 鶏のハーフ焼焼き さつま芋サラダ トマトスープ 小付け 581kcal
**日付**	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	
	水	木	金	土	日	月	火	
朝食	ごはん 厚揚げの野菜あん 茎わかめさっぱり和え 白花豆 味噌汁 牛乳 443kcal	パン各種 スクランブルエッグ 切干洋風煮 蓮根梅マヨサラダ スープ 牛乳 446kcal	ごはん 肉団子の照り焼き セロリの胡麻金平 山芋とうろろ 味噌汁 牛乳 557kcal	パン各種 厚揚げのクリーム煮 マカロニトマト炒め カリフラワーマリネ スープ 牛乳 400kcal	ごはん 厚焼玉子 金平牛蒡 白菜浅漬 味噌汁 牛乳 441kcal	ごはん 厚揚げのオレンジチャップ マカロニサラダ 金時豆 味噌汁 牛乳 511kcal	パン各種 オムレツ キャベツ洋風煮 豆オーロラソース和え スープ 牛乳 415kcal	
昼食	ごはん まぐろハラモのステーキ 大根サラダ 味噌汁 青いんごゼリー 427kcal	クリスマス会 特別メニュー 	ごはん 麻婆豆腐 もやしときゅうりの中華和え スープ 果物 450kcal	ごはん かつ煮 海藻サラダ 味噌汁 果物 705kcal	ごはん さわらの粕漬け焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁 果物 559kcal	ごはん 赤魚の煮つけ 卵の花炒り 吉野汁 ぶどうゼリー 507kcal	ごはん 鶏とカシューナッツの炒め物 ひじきサラダ 味噌汁 果物 552kcal	
夕食	ごはん 鶏のチリソース 小松菜のかつお和え 味噌汁 小付け 576kcal	ごはん ほっけの塩焼き 青梗菜のごま和え 味噌汁 小付け 372kcal	ごはん さばの生姜煮 いんげんのくるみ和え 味噌汁 小付け 532kcal	ごはん たらこのホイイル包み蒸し 長いものと胡瓜の青じそ和え 味噌汁 小付け 481kcal	ごはん 牛肉のしぐれ煮 ゴマ酢和え 味噌汁 小付け 539kcal	ごはん 豚肉のチンジャオロース 中華サラダ 中華スープ 小付け 506kcal	年越しそば 海老天とかき揚げ ほうれん草のわさび和え 小付け 516kcal	