



季節めぐり便り vol.47

デイサービス季節めぐり

池田市井口堂3丁目10-7
Tel: 072-760-5155
Fax: 072-760-5166



冬の極まる「立春」に入りました。今年は降雪が目立ち、都会でも4年ぶりの積雪になるなど全国的に厳しい寒気が舞い込んできています。そんな厳寒の中であっても、ここ季節めぐりは雪をも溶かしそうな熱気でいつも活気めています。みんなで歌を歌う・柔軟体操でからだを動かす。脳トレやゲームで頭を使う。こういった積み重ねによってみなさまの心身の健康維持が保たれていくのですね。



2月は「寒い」といった印象が強いですが、節分や針供養、なまはげ紫灯まつり・バレンタインデーなど、たくさんの心温まる年中行事があるのも特徴ですね。甘いお菓子を食べてエネルギー補給です。



ちょうど4年に1度の冬季オリンピック中継があり、ご利用者さまたちはテレビモニター越しに食い入るように日本の若きエースたちに熱い声援を送ります。この日もメダルの獲得があってデイルームは大きな拍手と歓声につつまれました。



興奮冷めやらぬうちに午後からのレクリエーションでは豆まきにちなんで射的ゲームで鬼退治！まちがって福の神さまに当てないよーに。

その他、新聞紙をくるんだボールを的に投げ込むゲームを慣行的に的に向かって投げる動作は集中力も高まるのでストレス発散にもってこいです。



3月 お昼のメニュー



月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

			1	2
			和風ハンバーグ 水菜のおひたし ポテトサラダ ごはん 吸物	いなり寿司 切り干し大根 キャベツの梅肉和え 赤だし
5	6	7	8	9
鶏と大根の煮物 ほうれん草と 錦糸卵和え たまねぎと ツナの炒め物 ごはん みそ汁	赤魚のあんかけ煮 オクラの長芋和え 大根のチリソース煮 炊き込みごはん みそ汁	すき焼き風 そうめんのたらこ和え 茄子の煮びたし ごはん みそ汁	カレーライス ポテトサラダ 菜の花のおひたし らっきょう 福神漬け	鯖の野菜あんかけ煮 麻婆豆腐 茄子の煮びたし ごはん みそ汁
12	13	14	15	16
鯖の白みそ煮 ほうれん草の白和え 明太スパゲティ ごはん みそ汁	野菜の オイスターソース炒め 麩のたまごとし キャベツの梅肉和え ごはん みそ汁	豚と大根の煮物 ごま豆腐 白菜と厚揚げの煮物 ごはん 吸物	赤魚の白みそ煮 玉ねぎとツナの 柚子胡椒和え ほうれん草の白和え ごはん みそ汁	八宝菜 スパゲティサラダ もやしとニラの たまごとし ごはん スープ
19	20	21	22	23
すき焼き風 なめたけおろし和え 酢の物風 ごはん 吸物	ちらし寿司 ポテトサラダ 温野菜 赤だし	カレイのムニエル 素麺のたらこ和え 茄子の煮びたし ごはん スープ	肉じゃが ひじきの白和え 白菜と厚揚げの煮物 ごはん みそ汁	豚肉と野菜の オイスターソース炒め 煮豆腐 切り干し大根 ごはん みそ汁
26	27	28	29	30
鯖の酒かす煮 なめたけおろし和え 大根の煮物 ごはん 粕汁	ハンバーグ 厚揚げと白菜の煮物 ワケギのぬた和え ごはん みそ汁	野菜のオイスターソース 炒め スパゲティサラダ 茄子の煮びたし ご飯 コンソメスープ	鯖のムニエル 厚揚げの煮物 おろし和え オクラのドレッシング和え ごはん みそ汁	酢豚 菜の花の錦糸卵和え 切り干し大根 ごはん みそ汁

(※献立はその日の仕入れ具合などにより変更の場合がございます。)

～☆ 春先のステキな出合いを『季節めぐり』で。 ☆～

(空き情報は担当：谷本まで。)

季節めぐりでは無料体験も含め楽しい思い出作りのお手伝いをさせていただきます。

皆さまのご来訪をスタッフ一同、心よりおまちいたしております。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
空き状況	×	○	○	○	×
備考	只今、満席となっております。	お電話お待ちいたしております。	お電話お待ちいたしております。	お電話お待ちいたしております。	只今、満席となっております。