

# 2018年9月 湧和通信

発行責任者  
 特定非営利活動法人 湧和  
 理事長 御殿谷 光廣  
 2018年9月1日

## 9月通所介護月間予定表

月	火	水	木	金	土
<b>9月11日～17日まで敬老週間です！！</b>					1 習字（神林）
<b>お楽しみに★</b>					
3 紙工作（静枝） 音楽療法（小金澤） 誕生会	4 ハーモニカ （大西・湘南レディース） 習字（阿部） 誕生会	5 花遊び 髪カット（岡本） 誕生会	6 絵手紙（浅野） 誕生会	7 習字（伊東） 朗読（湯田）午前 ロングトーンズ （クラリネット）	8 お話の会 （みみずくも） 誕生会
10 紙工作（静枝） 誕生会	11 <b>敬老週間</b> 折り紙（茅根）	12 <b>敬老週間</b> オカリナ （里音・リオン）	13 <b>敬老週間</b> ギター（中里）	14 <b>敬老週間</b> 大道芸を楽しむ会 髪カット（岡本） 誕生会	15 <b>敬老週間</b> ハーモニカ（大西） 誕生会
17 <b>敬老週間</b> 紙工作（静枝） 音楽療法（小金澤）	18 音楽クラブ（大木） 習字（阿部）	19 歌の広場 （リフレッシュクラブ）	20 絵手紙（浅野） 誕生会	21 習字（高澤） 朗読（湯田）午前 音楽クラブ（大木）	22 大正琴（宮崎） 誕生会
24 紙工作（静枝） 音楽療法（小金澤）	25 習字（阿部） 誕生会	26 大正琴（鈴木） 短歌（小川）	27 大正琴（かわせみ） 習字（藤） 髪カット（岡本） 誕生会	28 習字（高澤）	29

## 《 湧和通信 9月号 》

8月3日～4日の二日間、湧和1Fにて納涼祭が行なわれました。今年の暑い夏を乗り切ろうと、皆さん思い思いの浴衣に着替えて、盆踊りを楽しまれました。最後にはかき氷を召し上がられ、「かき氷を食べたのは何年ぶりかしら……」と懐かしそうに口に運んでおられました。



9月11日（火）～17日（月）まで敬老週間です。素敵な昼食メニューや楽しいイベントをご用意しております。お楽しみに……

湧和通信9月号をお届けします

2018年9月

## 9月献立表

食材の関係でメニューは変更になる場合があります。  
ご了承ください！ Tel 729-0422

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 ホッケの塩焼き ゴーヤチャンプル 切干しなま酢 味噌汁 バナナヨーグルト 464Kcal 2.4g
3 焼売 春雨サラダ 小松菜のナムル 中華スープ フルーツ(梨) 495Kcal 1.8g	4 鯖の塩焼き マカロニサラダ 浅漬け 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 516Kcal 2.4g	5 鶏南蛮風 大根と胡瓜の ゴマ酢和え ザーサイ豆腐 スープ 桃のヨーグルト 548Kcal 3.0g	6 黒むつの照り焼き 煮物 わけぎの酢味噌和え 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 511Kcal 3.5g	7 酢豚 切干し大根煮 えのきの梅和え 味噌汁 フルーツ(梨) 526Kcal 2.7g	8 鮭のマヨコーン焼き 煮物 トマトサラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 586Kcal 2.3g
10 たらの茸ソース じゃが芋の金平 ズッキーニの ごま味噌和え 味噌汁・ヤクルト 478Kcal 2.8g	11 炊き込みご飯 豚しゃぶ 敬老週 冬瓜の海老あんかけ 週末 さつま芋のレモン煮 チンゲン菜のお浸し 味噌汁・巨峰 688Kcal 2.9g	12 いなり寿司 敬老週 かじきの梅みそ焼き 週末 五日卵焼き たたき胡瓜 南瓜の煮物 おすまし・梨 640Kcal 3.2g	13 舞茸ご飯 敬老週 ミックスフライ 週末 スイートポテトサラダ ピーマンのなめ茸和え なすの煮物・味噌汁 フルーツ(パイナップル) 615Kcal 3.3g	14 赤飯 敬老週 ひらすの照り焼き 週末 田楽・茶碗蒸し ほうれん草のゴマ和え おすまし コーヒーゼリー 622Kcal 3.2g	15 ちらし寿司 敬老週 信田巻き 週末 炒り煮 冬瓜のみょうが和え プルーン煮・おすまし フルーツ(巨峰) 610Kcal 2.9g
17 赤飯 敬老週 天ぷら 週末 煮物・煮豆 うざく おすまし フルーツ(巨峰) 631Kcal 2.9g	18 かわいいのムニエル ラタトゥイユ 南瓜のバターソテー スープ 苺ヨーグルト 521Kcal 1.8g	19 ミートローフ ミモザサラダ ほうれん草の お浸し 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 520Kcal 2.5g	20 鮭の西京焼き じゃが芋の そぼろあんかけ なめ茸おろし 具沢山味噌汁 フルーツ(梨) 540Kcal 3.0g	21 鶏肉の マーマレード焼き ぜんまい煮 とろろ汁 おすまし フルーツ(バナナ) 517Kcal 3.3g	22 鯖の味噌煮 五日なます じゃが芋団子 味噌汁 ヤクルト 579Kcal 3.5g
24 鯖の香味焼き 炒り豆腐 胡瓜の酢の物 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 522Kcal 2.8g	25 ポークカレー グリーンサラダ スープ フルーツ(梨) 522Kcal 3.4g	26 たらのだの葱ソース 煮物 小松菜の辛し和え きのこ汁 フルーツ(パイナップル) 491Kcal 3.2g	27 パン 鶏肉のホワイトソース コールスロー ブロッコリーの 黒ごまかけ スープ・キウイ 586Kcal 3.0g	28 赤魚の煮付け じゃが芋と鶏の甘辛煮 ピーマンの じゃこ炒め 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 491Kcal 2.4g	29 豚の生姜焼き 豆腐サラダ 根菜の炒り煮 味噌汁 フルーツ(梨) 546Kcal 3.2g