

2020年3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

3月通所介護月間予定表

	月	火	水	木	金	土
午前	2 紙工作（静枝） カラオケ	3 カラオケ	4 カラオケ	5 指導員体操 カラオケ	6 朗読（湯田） カラオケ	7 カラオケ
午後	音楽療法（小金沢） 誕生会	習字（阿部）	花遊び	絵手紙 14:30 手話サークル	習字 ポッチャ	やぐるま草 誕生会
午前	9 紙工作（静枝） 指導員体操 カラオケ	10 折り紙（茅根） 指導員体操 カラオケ	11 カラオケ	12 指導員体操 カラオケ	13 カラオケ	14 カラオケ
午後	落語	習字（阿部） 音楽（菊池）	オカリナ （里音・リオン） 習字	習字（藤） 音楽（村山） 誕生会	ロングトーン （クラリネット） 習字（高澤）	習字（神林） 誕生会
午前	16 紙工作（静枝） カラオケ	17 指導員体操 カラオケ	18 指導員体操 カラオケ	19 指導員体操 カラオケ	20 朗読（湯田） カラオケ	21 指導員体操 カラオケ
午後	音楽療法（小金沢）	習字（阿部） 誕生会	歌の広場 （リフレッシュクラブ）	絵手紙 ウクレレ （パープルスターズ）	習字（高澤） 誕生会	習字（神林）
午前	23 紙工作（静枝） カラオケ	24 指導員体操 カラオケ	25 指導員体操 カラオケ	26 カラオケ	27 カラオケ	28 指導員体操 カラオケ
午後	音楽療法（小金沢）	習字（阿部） 音楽（菊池） 誕生会	大正琴（鈴木） 誕生会	習字（藤） 音楽（村山）	習字（高澤）	大正琴（宮崎） 誕生会
午前	30 紙工作（静枝） カラオケ	31 指導員体操 カラオケ				
午後	誕生会	習字（阿部）				

【湧和通信 3月号】

コロナウイルスによる新型肺炎の脅威が世界中に飛び回っている中、皆様いかがお過ごしでしょうか。私達に出来る事はうがい、手洗いです。外から帰ったら必ず、うがい・手洗いを励行しましょう。



今年も第三小学校の学童保育クラブ「たけん子クラブ」の生徒さん達による手作り年賀状が沢山届きました。東京オリンピックを題材にした元気はつらつの作品に子供たちの元気いっぱいのエネルギーを頂きました。ありがとうございます。



3月3日（火）はひな祭り、早くも湧和のデイサービスには立派な七段飾りのおひな様が飾られております。今年も皆様を温かく見守っております。

湧和通信3月号をお届け致します

2020年3月

3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
2 鶏肉のホワイトソースがけ ツナサラダ 金平ごぼう 味噌汁 フルーツ(バナナ) 539kcal塩2.3g	3 ちらし寿司 鰯の照り焼き 煮物 菜の花のお浸し おすまし 抹茶プリン 572kcal塩3.7g	4 豚肉の味噌漬け焼き 大根の蟹あんかけ ブロッコリーと ツナの和え物 きのこ汁 フルーツ(バナナ) 478kcal塩3.1g	5 赤魚の照り焼き 豆腐グラタン 小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 546kcal塩2.8g	6 肉団子 切干し大根煮 ほうれん草の 海苔和え 味噌汁 オレンジヨーグルト 508kcal塩3.0g	7 赤飯 天ぷら 煮物 酢の物・煮豆 おすまし フルーツ(パイナップル) 657kcal塩3.0g
9 黒むつの山椒焼き 煮物 菜の花のお浸し おすまし フルーツ(オレンジ) 454kcal塩3.0g	10 ミートローフ 大根サラダ 南瓜の甘煮 味噌汁 フルーツ(バナナ) 508kcal塩2.9g	11 鮭フライ 根菜の味噌炒め ブロッコリーの おかか和え おすまし オレンジゼリー 570kcal塩2.6g	12 八宝菜 中華サラダ ひじき豆 中華スープ バナナヨーグルト 468kcal塩2.8g	13 赤魚の煮付け 蓮根の落とし揚げ 隠元の胡麻和え 味噌汁 りんごのコンポート 483kcal塩2.7g	14 チキンカレー グリーンサラダ 洋風コーンスープ マンゴーラッシー 550kcal塩3.1g
16 麻婆豆腐 マカロニサラダ 薩摩芋のレーズン煮 中華スープ りんごのコンポート 539kcal塩2.1g	17 ホッケの塩焼き じゃが芋の そばろあんかけ 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 436kcal塩2.9g	18 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ なめ苺おろし 味噌汁 フルーツ(バナナ) 527kcal塩2.6g	19 十穀米 鮭のマヨコーン焼き 煮物 とろろ汁 味噌汁 桃のヨーグルト 556kcal塩2.6g	20 鶏肉のチーズ焼き 南瓜サラダ ほうれん草の 辛子和え 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 547kcal塩2.3g	21 鯖の味噌煮 炒り豆腐 ブロッコリー の黒ごまがけ おすまし フルーツ(オレンジ) 520kcal塩2.8g
23 白身魚ネギソース 五色なます かき菜の炒め煮 味噌汁 桃のヨーグルト 532kcal塩2.9g	24 豚肉の卵とじ 薩摩揚げの おろしポン酢風味 人参サラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 519kcal塩2.8g	25 赤魚の味噌漬け焼き 高野豆腐の射込み 胡瓜と竹輪の和え物 おすまし ヤクルト 498kcal塩2.7g	26 デミグラスハンバーグ ツナサラダ 隠元の山葵和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 546kcal塩2.9g	27 鯖の塩焼き 煮物 もずく物 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 526kcal塩3.3g	28 郷土料理 有田井 かき菜とシラス の炒め煮 だんご汁 フルーツ(バナナ) 471kcal塩2.8g
30 タンドリーチキン 小松菜と厚揚げ のナムル 煮豆(大正金時) 味噌汁 コーヒーゼリー 569kcal塩2.7g	31 茶飯 鮭の酢醤油漬け焼き 煮物 長芋・オクラの和え物 おすまし フルーツ(バナナ) 519kcal塩2.7g				