

ホイケア通信

2019年2月号



ハートケア東大宮
通所リハビリテーション

2月行事予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2
						歌声喫茶
					物作り	学習
3	4	5	6	7	8	9
休み			歌声喫茶			歌声喫茶
	音楽	習字	脳トレ トランプ	手工芸	物作り	学習
10	11	12	13	14	15	16
休み			歌声喫茶			歌声喫茶
	音楽	習字	脳トレ トランプ	手工芸	物作り	学習
17	18	19	20	21	22	23
休み			歌声喫茶	フォト フレーム 作り☆		歌声喫茶
	フルート	習字	脳トレ トランプ	喫茶	物作り	学習
24	25	26	27	28		
休み			歌声喫茶			
	音楽	習字	脳トレ トランプ	手工芸		

平成31年2月の献立

曜日	月	火	水	木	金	土
日付け	<p>今年の恵方は 北 西 東 南 東北東!</p>				1	2
昼食献立					ご飯 すまし汁 鮭の塩麹焼き かぼちゃの煮物 長芋の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のチーズパン粉焼き 小松菜のお浸し しその実漬け
屋のカロリー					445 kcal	546 kcal
おやつ	<p>2月6日(水) 豆まきを行います</p>				あんみつ	サラダせんべい
おやつカロリー					72 kcal	47 kcal
	4	5	6	7	8	9
昼食献立	ご飯 味噌汁 鶏肉のねぎ焼き きんぴらごぼう 果物	ご飯 味噌汁 スタミナ炒め 三色和え 果物	☆節分献立☆ 太巻き寿司 すまし汁 揚げ出し豆腐 ゼリー	☆中華丼☆ 中華丼 わかめスープ カラフルサラダ 果物・お楽しみ1品	☆キーマカレー☆ キーマカレー コンソメスープ ごぼうサラダ 香の物・フルーチェ	ご飯 すまし汁 鮭の西京焼き 筑前煮 もずく酢
屋のカロリー	547 kcal	594 kcal	573 kcal	540 kcal	536 kcal	463 kcal
おやつ	プリン	米粉ドッグ(チョコ)	節分おやき	コーヒーゼリー	たい焼き	きな粉&黒蜜 パンケーキ
おやつカロリー	94 kcal	90 kcal	88 kcal	98 kcal	89 kcal	104 kcal

栄養科よりお知らせ

2月3日は節分です。季節の変わり目には邪気が生じると考えられていて、その邪気を追い払う儀式として豆まきが行われるようになりました。今年は曜日の関係で、2月6日に豆まきを行い、節分献立を提供します。



27日海鮮丼



**6日節分献立
(太巻き)**



※あくまでも1ヶ月の予定献立なので仕入れの状況により当日メニューが変更することもあります。通所ではお好みでご飯を盛り付けているのでご飯の量でカロリーは異なりますのでご了承ください。(標準量:150g)

曜日	月	火	水	木	金	土
日付け	11	12	13	14	15	16
昼食献立	☆チャーハン☆	ご飯	ご飯	ご飯	☆きのこご飯☆	ご飯
	チャーハン	すまし汁	味噌汁	味噌汁	きのこご飯	味噌汁
	中華スープ	かつ煮	ぎせ焼き	鶏の唐揚げ	味噌汁	鶏とじゃが芋のうま煮
	餃子・お楽しみ一品	れんこんと昆布の煮物	菜の花の辛子和え	かぼちゃサラダ	鱈の幽庵焼き	ツナサラダ
	杏仁豆腐	果物	漬物	果物	里芋のそぼろ煮・漬物	昆布佃煮
昼のカロリー	489 kcal	586 kcal	491 kcal	559 kcal	504 kcal	504 kcal
おやつ	スナックえんどう	ホットケーキ	バナナスペシャル	チョコババロア	ロールケーキ	カントリーマウム
おやつカロリー	69 kcal	76 kcal	102 kcal	64 kcal	103 kcal	48 kcal
日付け	18	19	20	21	22	23
昼食献立	☆おでん☆	☆チキンカレー☆	ご飯	☆肉うどん☆	☆ビビンバ丼☆	ご飯
	茶飯	チキンカレー	中華スープ	肉うどん	ビビンバ丼	コンソメスープ
	おでん	コンソメスープ	麻婆豆腐	温泉卵	中華スープ	デミグラスハンバーグ
	マカロニサラダ	グリーンサラダ	ブロッコリーのごまだれかけ	パイン缶	水餃子・お楽しみ一品	おさつサラダ
	ゼリー	香の物・果物	杏仁フルーツ	おにぎり	フルーツゼリー	ヨーグルト
昼のカロリー	566 kcal	549 kcal	517 kcal	451 kcal	599 kcal	607 kcal
おやつ	フルーチェ	コーヒーゼリー牛乳ミックス	抹茶ワッフル	☆喫茶☆	チョコパイ	マロンババロア
おやつカロリー	49 kcal	87 kcal	77 kcal	お楽しみに	92 kcal	45 kcal
日付け	25	26	27	28		
昼食献立	ご飯	ご飯	☆海鮮丼☆	ご飯		
	豆乳味噌汁	けんちん汁	海鮮丼	味噌汁		
	スパニッシュオムレツ	サーモンフライ	すまし汁	親子煮		
	パンプキンサラダ	高野豆腐の煮物	れんこんと昆布の煮物	きゅうりの酢の物		
漬物	果物	果物	果物			
昼のカロリー	554 kcal	582 kcal	563 kcal	569 kcal		
おやつ	ぜんざい	抹茶あずき	ナイススティック	ももまん		
おやつカロリー	82 kcal	98 kcal	92 kcal	84 kcal		

※あくまでも1ヶ月の予定献立なので仕入れの状況により当日メニューが変更することもあります。
通所ではお好みでご飯を盛り付けているのでご飯の量でカロリーは異なりますのでご了承願います。(標準量:150g)

お正月 行事 新年会



平成31年亥年。新年会でスタートしました！

まずはじめに・・・職員による獅子舞からスタートしました。

なんと！！ 手作りの獅子舞(篠塚&織井作)

さて、誰が踊ってるの・・・と皆様の声が聞こえてきました。なんと織井さん、ずいぶん練習したそうです。(来年も宜しくね！！ご利用者様からのリクエスト多くありました)



茂在主任の昨年に続き、傘回しです。今年は、昨年よりも多く回っています。来年も披露して欲しいとのご要望が多く聞かれました。



昨年に続き、国立モファットバレエ団の再来日されました。

今回は、主催 篠塚だるまさんの強い要請もあり来日実現！老体にムチ打ってのモファット団長の演技に涙、涙？笑い笑いの演目となりました。



←メンバー紹介 左からモファット団長、マダム福田、ピーちゃん後藤、大前ココココ、プリマドンナ茂在。



←おまけ
二人羽織

