

2018年8月 湧和通信

8月通所介護月間予定表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---------------------------------|---------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| | | 1 花遊び | 2 絵手紙（浅野） 誕生会 | 3 納涼祭 朗読（湯田）午前 竹美会（踊り） | 4 納涼祭 かすみ草（踊り） 誕生会 |
| 6 音楽療法（小金沢） 紙工作（静枝）午前 | 7 ハーモニカ （大西・湘南レディース） 習字（阿部） 髪カット（岡本） 誕生会 | 8 オカリナ （里音・リオン） 習字（関口） | 9 習字（藤） | 10 水彩画（大西）午前 習字（高澤）午後 誕生会 | 11 お話の会 （みみづくも） |
| 13 紙工作（静枝）午前 | 14 ギター（中里） 折り紙（茅根）午前 習字（阿部） 誕生会 | 15 歌の広場 （リフレッシュクラブ） | 16 絵手紙（浅野） | 17 朗読（湯田）午前 音楽クラブ（大木） | 18 ハーモニカ （大西・フレンズ） 習字（神林） |
| 20 音楽療法（小金沢） 紙工作（静枝）午前 髪カット（岡本） | 21 習字（阿部） 音楽クラブ（大木） | 22 短歌（小川）午前 大正琴（鈴木） | 23 習字（藤） | 24 習字（高澤）午後 水彩画（大西）午前 | 25 大琴（宮崎） |
| 27 音楽療法（小金沢） 紙工作（静枝）午前 | 28 習字（阿部） 誕生会 | 29 | 30 誕生会 | 31 習字（高澤）午後 | |

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8月1日

《 湧和通信 8月号 》

この度の中国、四国、近畿地方の大
雨の影響により被災された皆様、そ
のご家族の方々に心よりお見舞い申
し上げます。

町田でも例年にないほどの酷暑が続
いております。熱中症には充分注意
を払い水分摂取とエアコンを使い体
調を整え、この夏を乗り切りましょう。



湧和の庭にはこのような大きな
「ひまわり」が咲きました。

湧和通信 8月号をお届けします。

2018年8月

8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 鶏の味噌づけ 煮物 煮豆 ほうれん草のお浸し おすまし オレンジ 590kcal塩3.1g | 2 鯖の塩焼き 肉じゃが なま酢 味噌汁 フルーツ(バナナ) 579kcal塩2.4g | 3 赤飯 ミックスフライ 納涼祭 茄子の和風サラダ たこ焼き つる紫のお浸し 味噌汁・ジョア 676kcal塩2.9g | 4 散らし寿司 鮭の照り焼き 納涼祭 冬瓜のうすくずあんかけ プルーン煮 ぎゅうりの酢の物 おすまし・スイカ 488kcal塩3.9g | | | | |
| 6 十穀米 鯉のムニエル 煮物 わけぎの酢味噌和え おすまし フルーツ(パイナップル) 505kcal塩3.4g | 7 鶏肉の柚子胡椒焼き 田楽 小松菜のナムル 味噌汁 コーヒーゼリー 540kcal塩2.4g | 8 黒むつの照り焼き 五目豆 チンゲン菜和え物 具沢山汁 フルーツ(メロン) 505kcal塩3.0g | 9 茄子のはさみ揚げ 冬瓜の えびあんかけ 長いもの梅和え 味噌汁 苺ヨーグルト 586kcal塩2.7g | 10 白身魚のトマトソース グリーンサラダ 竹輪と胡瓜の 辛子マヨ和え スープ フルーツ(デラウェア) 496kcal塩2.5g | 11 肉団子のあんかけ コールースロー さつま芋の レーズン煮 おすまし フルーツ(メロン) 527kcal塩2.5g | | | | | | |
| 13 豚肉の冷しゃぶ 切干し大根煮 隠元の辛し和え 味噌汁 フルーツ(バナナ) 503kcal塩2.1g | 14 鱈南蛮 煮物 人参サラダ 味噌汁 フルーツ(デラウェア) 531kcal塩3.5g | 15 豚肉のしょうが焼き マカロニの ケチャップ炒め 茸のさっと煮 味噌汁 フルーツ(梨) 574kcal塩2.7g | 16 赤魚の粕漬焼き 高野豆腐の 射込み 浅漬け おすまし フルーツ(スイカ) 406kcal塩2.4g | 17 なすと挽肉のカレー ミモザサラダ コンソメスープ フルーツ(パイナップル) 545kcal塩3.2g | 18 黒むつの煮付け キャベツの 重ね蒸し オクラのお浸し 味噌汁 フルーツ(デラウェア) 566kcal塩2.8g | | | | | | |
| 20 鯖のホイル焼き ピーマン炒め 大正金時煮豆 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 596kcal塩3.5g | 21 麻婆茄子 根菜の炒り煮 ザーサイ冷奴 中華スープ フルーツ(梨) 416kcal塩3.6g | 22 黒米 カジキの梅みそ焼き 煮物 ほうれん草の胡麻和え おすまし フルーツ(スイカ) 422kcal塩2.6g | 23 鶏肉と野菜の 黒酢あん 春雨サラダ 南瓜の甘煮 中華スープ フルーツ(デラウェア) 572kcal塩2.4g | 24 鯖の味噌煮 千草焼き ブロッコリーのマヨかけ 味噌汁 バナナヨーグルト 540kcal塩2.9g | 25 ヒレカツ さつま揚げの おろしポン酢 浅漬け 味噌汁 フルーツ(梨) 467kcal塩2.5g | | | | | | |
| 27 スパゲティー ミートソース 豆腐サラダ スープ フルーツ(デラウェア) 532kcal塩2.9g | 28 赤魚の煮付け 和風ポテトサラダ 小松菜の辛し和え 味噌汁 苺ヨーグルト 527kcal塩3.4g | 29 鶏肉のレモン蒸し 洋風野菜炒め たたき胡瓜 味噌汁 コーヒーゼリー 513kcal塩2.3g | 30 白身魚の葱ソース 煮物 長いもとめかぶ の和え物 味噌汁 ヤクルト 510kcal塩3.5g | 31 チンジャオロース 五色なます さつま芋の甘煮 中華スープ フルーツ(梨) 581kcal塩2.6g | | | | | | | |