

# 2019年4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

## 4月通所介護月間予定表

2019年4月1日

月	火	水	木	金	土
1 紙工作（静枝）	2 ハーモニカ （湘南レディース） 習字（阿部） 誕生会	3 花遊び 誕生会	4 絵手紙（浅野） 誕生会	5 朗読（湯田）午前 習字（自習）午後 誕生会	6 習字（神林） 誕生会
8 紙工作（静枝）	9 折り紙（茅根） 習字（阿部）	10 オカリナ （里音・リオン） 習字（関口）	11 習字（藤） 音楽（村山）	12 習字（自習）午後 誕生会	13 お話の会 （みみずくも）
15 紙工作（静枝） 音楽療法（小金澤） 誕生会	16 音楽クラブ（大木） 習字（阿部）	17 歌の広場 （リフレッシュクラブ） 誕生会	18 絵手紙（浅野）	19 朗読（湯田）午前 習字（高澤）午後 音楽クラブ（大木）	20 ハーモニカ （フレンズ） 習字（神林）
22 紙工作（静枝） 音楽療法（小金澤）	23 習字（阿部） ギター（中里） 誕生会	24 大正琴（鈴木）	25 習字（藤） 音楽（村山）	26 習字（高澤）午後	27 大正琴（宮崎）
29 紙工作（静枝）	30 習字（阿部）				

《 湧和通信 4月号 》

♪楽しみがいっぱい  
 湧和のお庭♪

待ちに待った春が、やっとやってきました。ランドセル姿の新一年生が元気よく小学校に通う姿が、新しい年度の始まりを告げてくれています。庭のキンカンの木にも実が付き始め、鳥が来て実をついばんでいます。花壇にはパンジーの花が咲き誇り、春のぬくもりを感じさせてくれています。

♪皆さんご一緒に湧和の庭を  
 歩きませんか♪



湧和通信 4月号をお届けします。

2019年4月

4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
<p>1 鯖の味噌煮 マカロニの茸炒め キャベツの浅漬け おすまし フルーツ(バナナ) 554kcal塩3.3g</p>	<p>2 鶏肉の柚子胡椒焼き 筍の土佐煮 ブロッコリーの 黒ごまがけ 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 553kcal塩2.4g</p>	<p>3 赤飯 天ぷら 煮物 かき菜のお浸し 茶碗蒸し・若竹汁 フルーツ(オレンジ) 647kcal塩2.5g</p>	<p>4 ピーマンの肉詰め 南瓜サラダ 隠元のわさび和え 味噌汁 ヤクルト 578kcal塩2.6g</p>	<p>5 炊き込みご飯 鮭の西京漬け焼き そぼろあんかけ たたき胡瓜 おすまし フルーツ(パイナップル) 468kcal塩2.7g</p>	<p>6 豚肉の生姜焼き 切干し大根煮 法連草としらすの 和え物 味噌汁 苺ヨーグルト 584kcal塩2.7g</p>
<p>8 酢鶏 大根と厚揚げ麻婆風 ザーサイ奴 中華スープ フルーツ(オレンジ) 521kcal塩2.9g</p>	<p>9 白身魚のピカタ ビーフンサラダ 煮豆(大正金時) きのこ汁 フルーツ(バナナ) 484kcal塩2.4g</p>	<p>10 豆ご飯 ささみフライ 炒り煮 なめ茸おろし 味噌汁 ヤクルト 528kcal塩2.6g</p>	<p>11 むつの照り焼き 煮物 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 バナナヨーグルト 507kcal塩2.8g</p>	<p>12 キャベツと挽肉の 重ね蒸し 薩摩揚げおろし ポン酢風味 人参サラダ・味噌汁 フルーツ(オレンジ) 513kcal塩3.1g</p>	<p>13 白身魚の葱ソース 煮物 フキの炒め煮 おすまし フルーツ(バナナ) 533kcal塩3.0g</p>
<p>15 赤魚の煮付け 根菜の炒り煮 薩摩芋のレーズン煮 味噌汁 苺ヨーグルト 513kcal塩2.7g</p>	<p>16 ハンバーグ 五色なます 南瓜の甘煮 かきたま汁 フルーツ(オレンジ) 570kcal塩2.7g</p>	<p>17 かじきの味噌マヨ焼き 和風ポテトサラダ ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 フルーツ(バナナ) 541kcal塩3.0g</p>	<p>18 ポークカレー グリーンサラダ コンソメスープ フルーツ(オレンジ) 552kcal塩3.3g</p>	<p>19 鱈フライ 煮物 隠元の山葵和え 味噌汁 桃ヨーグルト 549kcal塩3.5g</p>	<p>20 親子煮 ツナポテト かき菜の和え物 味噌汁 コーヒーゼリー 578kcal塩2.9g</p>
<p>22 焼売 五色金平 ブロッコリーの卵がけ 中華スープ フルーツ(バナナ) 531kcal塩2.8g</p>	<p>23 筍ご飯 ホッケの塩焼き 煮物 胡瓜とわかめ酢の物 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 463kcal塩4.2g</p>	<p>24 豚肉のスタミナ焼き 切干し大根サラダ 隠元の ピーナッツ和え 味噌汁 オレンジヨーグルト 552kcal塩2.6g</p>	<p>25 白身魚の甘露煮 筍の煮物 なめ茸豆腐 おすまし フルーツ(パイナップル) 542kcal塩2.8g</p>	<p>26 チキンチーズ焼き がんとぜんまい煮物 キャベツの浅漬け 味噌汁 フルーツ(バナナ) 584kcal塩3.7g</p>	<p>27 春のフキ寿司 鮭の照り焼き 大根とイカの煮物 おすまし フルーツ(パイナップル) 500kcal塩3.4g</p>
<p>29 鯖の塩焼き 煮物 ほうれん草おかか和え 味噌汁 ジョア 582kcal塩3.5g</p>	<p>30 春巻き 豆腐サラダ かき菜の辛子和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 491kcal塩2.9g</p>				