



2019年5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
2019年5月1日

5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 朗読（湯田）午前 習字（自習）午後	4 バンド（OYG） 習字（神林）
6 音楽療法（小金沢） 紙工作（静枝）午前 誕生会	7 習字（阿部）	8 オカリナ （里音・リオン） 習字（関口） 誕生会	9 習字（藤） 音楽（村山） 誕生会	10 習字（高澤）午後 ギター（中里） 髪カット（岡本）	11 お話の会 （みみづくも）
13 紙工作（静枝）午前	14 折り紙（茅根）午前 習字（阿部）	15 歌の広場 （リフレッシュクラブ）	16 絵手紙（浅野） 誕生会	17 朗読（湯田）午前 音楽クラブ（大木） 習字（高澤）午後	18 習字（神林）
20 音楽療法（小金沢） 紙工作（静枝）午前 誕生会	21 習字（阿部） 音楽クラブ（大木）	22 大正琴（鈴木）	23 音楽（村山） 習字（藤） 髪カット（岡本）	24 習字（高澤）午後 誕生会	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）	29 ギター（中里）	30	31 習字（高澤）午後 ウクレレ （パ-プルスターズ）	

《 湧和通信 5月号 》

今月から新しい元号、『令和』が始まります。

寒さと暖かさの入り交じった妙な季節もようやく終わり、初夏の日差しが心地よく感じられる頃となりました。

5月のゴールデンウィーク（とは言っても、湧和はいつも通り営業しておりますが）は、皆様さま如何お過ごしのご予定でしょうか。

湧和の庭は上を見れば、毎年恒例の鯉のぼりが元気よく泳ぎはじめ、下を見れば、花壇には例年にも増して綺麗なお花が満開に咲き始めました。

♪♪♪さあ皆さんと一緒に庭を散策してみましよう♪♪♪



湧和通信 5月号をお届けします。

2019年5月

5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	赤魚の粕漬け焼き 切干し大根煮 かき菜の和えもの 味噌汁 フルーツ(バナナ) 471kcal塩分2.0g	2	赤飯 天ぷら 煮物 胡瓜とうどの酢の物 煮豆・味噌汁 フルーツ(パイナップル) 625kcal塩分3.2g	3	筍ご飯 かじきの煮付け 和風ポテトサラダ ひじき煮 味噌汁 苺ヨーグルト 593kcal塩分4.0g	4	デミグラスハンバーグ 大根サラダ 南瓜の甘煮 味噌汁 フルーツ(バナナ) 573kcal塩分2.6g
6 子 供 の 日	筍、フキの寿司 鮭の木の芽焼き 煮物 きゅうりの酢の物 おすまし フルーツ(オレンジ) 596kcal塩分4.8g	7	白身魚のイタリア風 炒り煮 とろろ汁 けんちん汁 フルーツ(オレンジ) 479kcal塩分2.7g	8	麻婆豆腐 春雨サラダ 小松菜のからし和え 中華卵コンスープ フルーツ(パイナップル) 526kcal塩分3.3g	9	筍ご飯 ホッケのみりん焼き 高野豆腐の射込み ふきの煮物 味噌汁 フルーツ(バナナ) 491kcal塩分3.8g	10	豚肉の生姜焼き 五色なます チンゲン菜の ポン酢和え 味噌汁 フルーチェ パイン 539kcal塩分2.5g	11	鯖の味噌煮 揚げだし豆腐 ほうれん草の なめ茸和え おすまし 苺ヨーグルト 542kcal塩分2.9g
13	黒むつの照り焼き 肉じゃが もずく酢 味噌汁 ヤクルト 568kcal塩分2.3g	14	バターロール 鶏肉のホワイトソース 豆腐サラダ かぶのマリネ スープ ブルーベリーヨーグルト 576kcal塩分3.2g	15	筍ご飯 白身魚のマヨコーン焼き 煮物 胡瓜の浅漬け おすまし フルーツ(バナナ) 514kcal塩分2.8g	16	ミートソース スパゲティー ポテトグラタン ブロッコリーツナ和え スープ フルーツ(パイナップル) 586kcal塩分2.6g	17	鯖の酢醤油漬け焼き 煮物 もやし・胡瓜の和えもの 味噌汁 ヤクルト 489kcal塩分2.7g	18	回鍋肉 大根の蟹あんかけ 人参サラダ 中華スープ フルーツ(オレンジ) 515kcal塩分2.9g
20	豚肉の味噌漬け焼き 切干し大根サラダ 隠元と竹輪マヨ和え おすまし フルーツ(パイナップル) 565kcal塩分2.6g	21	秋刀魚の蒲焼き 煮物 キャベツの浅漬け 味噌汁 フルーツ(バナナ) 517kcal塩分3.4g	22	挽肉カレー グリーンサラダ コンソメスープ オレンジヨーグルト 566kcal塩分3.3g	23	赤魚の煮付け 蓮根のおとし揚げ ぬた おすまし 桃のヨーグルト 491kcal塩分2.3g	24	ミートローフ マカロニサラダ ナムル 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 591kcal塩分2.8g	25	白身魚のフリッター 五目豆 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 586kcal塩分2.6g
27	鯖の塩焼き 煮物 なめこおろし 味噌汁 フルーツ(キウイ) 541kcal塩分3.0g	28	親子煮 田楽 ほうれん草の海苔和え かきたま汁 フルーツ(パイナップル) 531kcal塩分3.4g	29	鯖フライ ツナポテト 隠元の胡麻和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 514kcal塩分2.8g	30	チンジャオロース ビーフンサラダ ほうれん草の卵蒸し おすまし フルーツ(バナナ) 542kcal塩分2.7g	31	鰯のムニエル 煮物 隠元の山葵和え 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 569kcal塩分3.2g		