

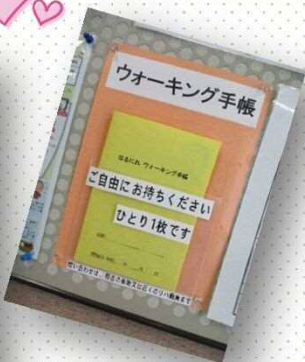


10月のカフェでは、マシュマロを可愛くデコレーションした職員お手製のお菓子を提供しました〜♪

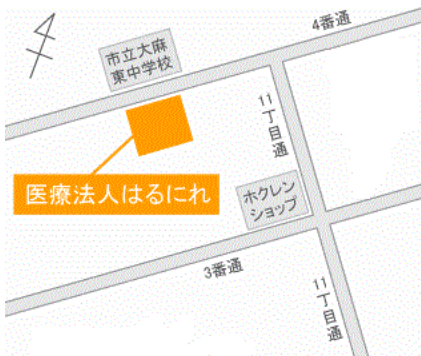


広いフロアを利用したセラピストの新たな企画です！！自由な時間に歩行した距離を記録し、48kmの小樽を目指します！！

追加企画



この度、長らく自粛していた喫茶コーナーを時短で再開しました！また麻雀も再開予定です♪



最後までお読み下さり、ありがとうございます。名前の『elm』は「エルム」と読み、私どもの事業所の名前の基になっている「はるにれ」の英語名からとりました。その名の由来の「はるにれ」のように、この便りも長く広く愛される存在になれるように、皆様にお送りしてまいります。

医療法人はるにれ 通所リハビリテーション

- 住所： 江別市大麻北町607番2
- 電話： 011-386-2330
- ホームページ： <http://www.irryo-harunire.or.jp/>

令和3年



月間予定表

	月	火	水	木	金
セラピスト企画 13:00~13:30 月・木 創作活動 火・水 ゴム紐体操 金(10・24) ハンドケア			1	2	3
			ぎしめん 揚げいも 白菜の磯和え 塩分~ 6.1 たい焼き	御飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 ブロccoliの塩炒め たらこサラダ 塩分~ 3 いちごヨーグルト	チキンカレー コンソメスープ コールスローサラダ フルーツカクテル 塩分~ 3.5 桃まんじゅう
			足の筋力アップ お手玉投げ	ストレッチング ゲートボール	棒体操 棒倒し
	6	7	8	9	10
昼食	きのこの炊き込みご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 春菊の白和え パイン 塩分~ 2.8	きつねそば コロッケ もやしのゆず塩和え 塩分~ 4.8	パン コンソメスープ クリームシチュー 海草サラダ マンゴー缶 塩分~ 3.6	鶏そぼろ丼 味噌汁 高野豆腐の含め煮 浅漬け 塩分~ 3	御飯 清まし汁 鮭のチャンチャン焼き 冬瓜のえびくず煮 なすの香味ダレ 塩分~ 3.3
おやつ	ワインゼリー	カスタードケーキ	手作りホットケーキ	エクレア	プリン
午後の活動	足の筋力アップ ピンポンでポン	ストレッチング ストラックアウト	カラオケ	棒体操 カーリング	足の筋力アップ カウボーイ輪投げ
	13	14	15	クリスマス会 クリスマスランチ	
昼食	御飯 わかめスープ チンジャオオロース エビチリ 大根の酢の物 塩分~ 2.3	天丼 清まし汁 長芋の白煮 春菊のごま味噌和え 塩分~ 4.1	御飯 味噌汁 豚肉のしそ味噌焼き さつまいものバター煮 ほうれん草のおかか和え 塩分~ 2.3		
おやつ	きなこ団子	たこやき	蕎麦類		
午後の活動	ストレッチング お手玉投げ	棒体操 ポーリング	足の筋力アップ 的当て		
	20	21	22	23	24
昼食	御飯 千切りスープ 豚肉のマスタードマヨ焼き コールスローサラダ マンゴー缶 塩分~ 1.7	御飯 味噌汁 サバの朝鮮焼き 小松菜の炒め物 トマトサラダ 塩分~ 2.6	御飯 味噌汁 鶏肉のゆず胡椒焼き がんもの煮物 なすの酢浸し 塩分~ 2.4	御飯 味噌汁 サバの味噌煮 カリフラワーの塩炒め 胡瓜の甘酢和え 塩分~ 2.9	パン コーンポタージュ 和風ハンバーグ 大根サラダ パイン 塩分~ 3
おやつ	手作りドーナツ	たい焼き	抹茶ババロア	まんじゅう	クリスマスケーキ
午後の活動	棒体操 テーブルカーリング	足の筋力アップ 棒倒し	ストレッチング ピンポンでポン	棒体操 お手玉投げ	足の筋力アップ ストラックアウト
	27	28	29	年末年始休業 12/30~1/3	
昼食	カレーうどん オクラの梅肉和え ミルクプリン 塩分~ 6.2	御飯 味噌汁 チキンごまカツ ぶきとさつまいもの煮物 大根のゆかり和え 塩分~ 2.4	牛丼 清まし汁 高野豆腐の含め煮 もやしの酢の物 塩分~ 2.5		
おやつ	どら焼き	ワッフル	プリン		
午後の活動	カラオケ	ストレッチング 棒運びリレー	棒体操 玉入れ		

※献立・活動内容は変更になることがあります。