



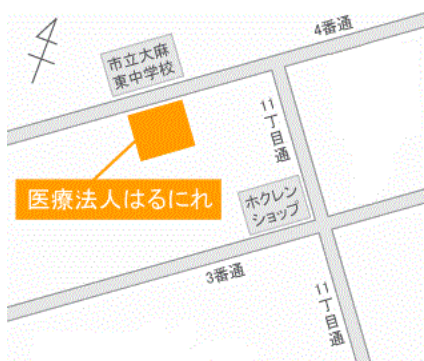
新型コロナウイルス感染症が感染拡大し、3年の月日が経過しました。まだまだ、流行の渦中ではございますが、少しずつ生活における制限も解除されつつあります。今年も皆様が通いやすく楽しんでいただけるよう、職員一同邁進して参りますので、今後ともよろしくお願ひ致します。



今年最初の行事は 新年会



新年会は職員の一芸披露の後に通所恒例の『運試しビンゴ』を盛大に行いました☆今年の運命はいかに・・・



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5年



月間予定表

		水	木	金		
		1	2	3		
		御飯 味噌汁 赤魚の南蛮漬け なすといんげんの味噌炒め もやしとわかめの和え物 塩分～ 2.6 ココアプリン	御飯 春雨スープ 回鍋肉 塩麻婆豆腐 白菜の中華だれ 塩分～ 2.3 柚子蒸しパン	まぐろ山かけ丼 つみれ汁 柚子風味茶碗蒸し 大豆とひじきの煮物 抹茶ゼリー 塩分～ 2.7 節分まんじゅう		
		ストレッチング コロコロゲーム	棒体操 釣りゲーム	足の筋力アップ 豆まぎ (玉入れ)		
		6	7	8		
昼食	メロンパンと胚芽ロール コンソメスープ 鶏肉のクリームシチュー マカロニサラダ 黄桃缶 塩分～ 2.3	ゆかりかけ御飯 清まし汁 鶏肉の味噌煮 冷奴 漬物 塩分～ 2.8	帆立カレー わかめスープ 大根とレモン和え かぼちゃババロア 塩分～ 3	油揚げとしめじの御飯 清まし汁 鮭の柚子胡椒竜田揚げ 千切り長芋 三色煮豆 塩分～ 2.3		
おやつ	フルーツみつ豆	あんこパイ	カスタードケーキ	青りんごゼリー		
午後の活動	ストレッチング お手玉投げ	テレビ体操 棒運びリレー	テレビ体操 頭の体操	足の筋力アップ 棒体操		
		13	14	15		
昼食	けんちんぎしめん 変わり鶏天 おくらのしらすのせ 塩分～ 4.2	助六ランチ		御飯 中華スープ 豚肉のコチュジャン炒め 豆腐と卵のチリソース キャベツの旨塩ナムル 塩分～ 2		
おやつ	黒糖ミルクサンド			キウイヨーグルト		
午後の活動	足の筋力アップ コロコロゲーム	カラオケ カラオケ	足の筋力アップ カーリング	ストレッチング ストラックアウト		
		16	17	20		
昼食	すき焼き丼 清まし汁 白菜の三色酢の物 水ようかん 塩分～ 2.4	ピラフ コンソメスープ チキンチャップ カリフラワーのマリネ 塩分～ 3.1	助六ランチ			
おやつ	さつま芋のビーナツまぶし	杏仁豆腐				
午後の活動	テレビ体操 割りばし倒し	テレビ体操 お絵描きですよ	テレビ体操 ゲートボール	ビンゴ		
		21	22	23		
昼食	キーマカレー コンソメスープ かぶと枝豆のマリネ 洋梨のヨーグルト和え 塩分～ 3	生姜とツナの炊き込みご飯 味噌汁 里芋と牛肉の煮物 キャベツの塩麴漬け 塩分～ 4.2	春菊のかきあげそば さつま芋のレモン煮 ほうれん草の磯辺和え 塩分～ 3.7	御飯 味噌汁 さばの粕焼き 里芋と鶏肉の煮物 おくらとめかぶの和え物 塩分～ 2.5		
おやつ	くずまんじゅう(さくら)	エクレア	フレンチドック	マスカットゼリー		
午後の活動	棒体操 ねらえ!紙コップ	足の筋力アップ 的当て	棒体操 お絵描きですよ	テレビ体操 ゲートボール		
		27	28	お正月のお祝い膳		
昼食	ゆかりかけ御飯 味噌汁 豆乳鍋 長芋と柚子の酢の物 三色煮豆 塩分～ 2.6	梅おぼろうどん 鮭の甘辛ごま照り焼き 大学芋 ほうれん草の柚子胡椒和え 塩分～ 5				
おやつ	コーヒーゼリー	まんじゅう				
午後の活動	ストレッチング	棒体操 カーリング				

※献立・活動内容は変更になることがあります。
当施設で使用しているお米は国内産です。