



# 通所の節分



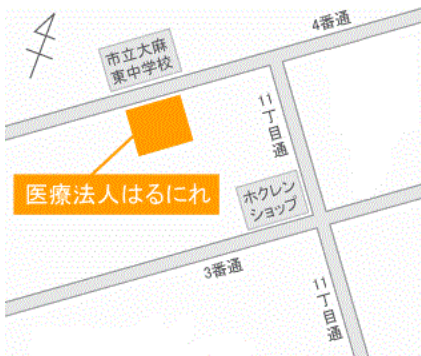
今年も職員が鬼に扮して、玉（豆）撒きを致しました。職員を目がめて投げてくださいる姿はまさに、3年間続いたコロナに対するうっぴん晴らしのように感じました・・・



今月のお楽しみ食は恵方巻きに寄せて、助六寿司ランチを提供しました！！また、職員手作りの鬼ババロアも好評でした♡



手作りババロア



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

3月

月間予定表

|       | 月   | 火  | 水   | 木  | 金  |
|-------|---|--|---|--|--|
|       |   |  | 1   | 2  | 3  |
| 昼食    |    |  | 御飯<br>味噌汁<br>さばの照り焼き<br>高野豆腐と野菜の炒め煮<br>とろろ芋<br>塩分~ 2.3<br>いちごミルクオムレツ      | 御飯<br>味噌汁<br>ハンバーグと前菜添え<br>マカロニのバター醤油ソテー<br>塩分~ 2.7<br>青りんごゼリー                     | ちらし寿司<br>清まし汁<br>手作り飛龍頭<br>山菜のみぞれ酢和え<br>いちごプリン<br>塩分~ 2.9<br>甘酒            |
| おやつ   |   |  |   |  |  |
| 午後の活動 |   |  | 棒体操<br>ねらえ!紙コップ   | ストレッチング<br>ゲートボール  | ストレッチング<br>的当て   |
|       | 6   | 7  | 8   | 9  | 10   |
| 昼食    | 中華五目おこわ<br>春雨スープ<br>天津<br>ほうれん草のナムル<br>洋梨缶<br>塩分~ 3.6<br>たこ焼き                       | エビカツカレー<br>コンソメスープ<br>わかめサラダ<br>フルーツみつ豆<br>塩分~ 3.8<br>今川焼 (こしあん)             | 御飯<br>清まし汁<br>豚肉のねぎ味噌炒め<br>大根とあさりの含め煮<br>キャベツの塩昆布和え<br>塩分~ 2.1<br>グレープゼリー |  | にゅうめん<br>揚げ出し豆腐の山わさびだれ<br>菜の花の磯和え<br>バナナ<br>塩分~ 4<br>抹茶ゼリー                 |
| おやつ   |   |  |   |  |  |
| 午後の活動 | カラオケ<br>カラオケ  | ストレッチング<br>お絵描きですよ   | テレビ体操<br>カウボーイ輪投げ   | 足の筋力アップ<br>ボーリング   | 棒体操<br>カーリング   |
|       | 13  | 14   | 15  | 16   | 17   |
| 昼食    | 鶏肉の蒲焼丼<br>味噌汁<br>キャベツの塩麹漬け<br>黒ごまプリン<br>塩分~ 2.8<br>キウイヨーグルト                         | 御飯<br>味噌汁<br>おでん<br>鶏肉と白菜の葱だれ<br>金時煮豆<br>塩分~ 2.8<br>いちごババロア                  | 山菜おこわ<br>味噌汁<br>サワラの胡麻衣揚げ<br>冬瓜の柚子あん<br>白桃缶<br>塩分~ 2.7<br>水ようかん           | 鶏ねぎ塩ラーメン<br>水餃子<br>チンゲン菜のザーサイ和え<br>バナナ<br>塩分~ 7.5<br>どら焼き                          | 御飯<br>味噌汁<br>たらちり鍋<br>はちみつレモン大学芋<br>漬物<br>塩分~ 2.4<br>信玄もち風                 |
| おやつ   |   |  |   |  |  |
| 午後の活動 | テレビ体操<br>タオル投げ  | 足の筋力アップ<br>釣りゲーム   | ストレッチング<br>的当て  | ストレッチング<br>棒倒し   | 足の筋力アップ<br>コロコロゲーム   |
|       | 20  | 21   | 22  | 23   | 24   |
| 昼食    |  | ピラフ<br>きのこスープ<br>チキンカツ<br>大根のレモン和え<br>塩分~ 2.7<br>手作りおはぎ                      | 肉ぎしめん<br>厚揚げと野菜のおかか炒め<br>オレンジ<br>塩分~ 4.3<br>フルーチェ(バナナ)                    | ビーフカレー<br>コンソメスープ<br>コールスローサラダ<br>プリン<br>塩分~ 3.4<br>杏仁フルーツ                         | 御飯<br>味噌汁<br>メバルの黒酢からめ<br>根菜煮<br>春菊の白和え<br>塩分~ 2.7<br>手作りドーナツ              |
| おやつ   |   |  |   |  |  |
| 午後の活動 | 足の筋力アップ<br>たまごケースピンポン   | ビンゴ<br>ビンゴ   | 棒体操<br>ねらえ!紙コップ   | テレビ体操<br>棒運びリレー  | ストレッチング<br>ストラックアウト  |
|       | 27  | 28   | 29  | 30   | 31   |
| 昼食    | あんかけ焼きそば<br>もやしの旨塩ナムル<br>杏仁豆腐<br>塩分~ 2.6<br>手作り源氏パイ                                 | パン<br>コンソメスープ<br>ポーククリームシチュー<br>きのこの和風パスタ<br>マスケットゼリー<br>塩分~ 2.5<br>クリームコンフェ | 親子丼<br>味噌汁<br>豆腐サラダ<br>オレンジ<br>塩分~ 2.9<br>今川焼 (カスタード)                     | 御飯<br>味噌汁<br>さばの塩焼き<br>筍と豚肉の炒め物<br>とろろ芋<br>塩分~ 2.3<br>イチゴゼリー                       | 御飯<br>きのこ汁<br>豆腐と野菜の揚げ浸し<br>ほうれん草のおかか和え<br>三色煮豆<br>塩分~ 2.3<br>くずまんじゅう(さくら) |
| おやつ   |   |  |   |  |  |
| 午後の活動 | 棒体操   | ストレッチング<br>カウボーイ輪投げ  | 足の筋力アップ<br>頭の体操   | 棒体操<br>コロコロゲーム   | テレビ体操<br>タオル投げ   |

※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。