

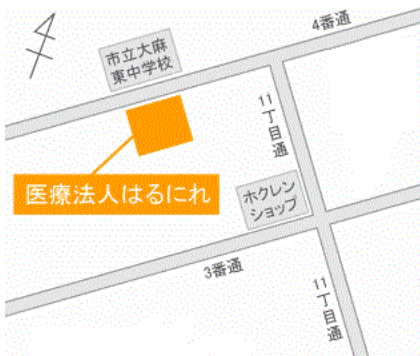


Merry Christmas!

12月19.20日に通所でクリスマス会を行いました。今回も外部からのお客様をお招きして、楽しい一時を過ごしてもらいました。

芸能ボランティアサークル『ツインクル』さんによる音楽や踊りの披露～1日目～

はもればノーツさんによる素敵なコーラス～2日目～



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6年



月間予定表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| | | | | 4 | 5 |
| 昼食 | <p>年末年始の休業のお知らせ 12/30(土)~1/3(水)</p> | | | <p>正月御膳</p> | |
| おやつ | | | | | |
| 午後の活動 | | | | | |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 昼食 | 御飯(ゆかりかけ)きのこ汁 桜でんぶの甘め卵焼 はちみつ柚子大学芋 ごま昆布 塩分~ 1.9 | 焼きそば 中華スープ 春巻き 杏仁豆腐 塩分~ 3.2 | 七草粥 味噌汁 サバの磯辺揚げ お芋のピーナッツまぶし 三色煮豆 塩分~ 2 | やぎとり丼風 中華スープ チンゲン菜のキムチ和え 白桃缶 塩分~ 2 | パン コンソメスープ 肉団子ときゃべつのクリーム煮 枝豆とコーンのレモンマリネ 紅茶ゼリー 塩分~ 2.3 |
| おやつ | オレンジゼリー | くずまんじゅう(さくら) | あんこパイ | 黒ごまプリン | たい焼き |
| 午後の活動 | ストレッチング的当て | 足の筋力アップストラックアウト | 棒体操頭の体操 | テレビ体操棒倒し | ストレッチングピンポンでポン |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 昼食 | 御飯 味噌汁 寄鍋 長芋と柚子の酢の物 三色煮豆 塩分~ 2.4 | ポークハヤシライス コンソメスープ キャベツのマリネ フルーチェ(ピーチ) 塩分~ 3.5 | 卵あんかけうどん チンゲン菜とわかめの和え物 バナナ かき揚げ(ゆかり塩) 塩分~ 4.2 | お芋とバターの北海道御飯 味噌汁 鶏カツとコロッコの盛り合わせ ほうれん草のガーリックソテー 塩分~ 2.8 | 玉子チャーハン わかめスープ 塩麻婆豆腐 春雨の中華酢の物 杏仁フルーツ 塩分~ 2.4 |
| おやつ | カステラ | コーヒーゼリー | マスカットゼリー | 手作りホットケーキ | 柚子まんじゅう |
| 午後の活動 | 足の筋力アップお手玉投げ | カラオケ | ストレッチング割りばし倒し | 足の筋力アップテーブルコロコロ | テレビ体操すき焼きじゃんけん |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 昼食 | 御飯 コンソメスープ チキンタルソース&マリネ ミニナポリタン 塩分~ 2 | 御飯 清まし汁 ホッケの一味味噌焼き 大根の土佐煮 白和え 塩分~ 2.5 | カレーピラフ コンソメスープ 豆腐ステーキポロネーゼソース さつま芋のレモン煮 塩分~ 2.9 | 鶏ネギ塩ラーメン ザーサイ和え マンゴーゼリー 塩分~ 5.1 | 豚肉とキャベツの甘辛丼 味噌汁 冷奴 金時煮豆 塩分~ 2.4 |
| おやつ | ブルーベリーヨーグルト | 白まんじゅう | 蒸しパン | まんじゅう(うぐいす) | チョコババロア |
| 午後の活動 | 棒体操頭の体操 | ストレッチングお手玉積み | テレビ体操ピンポンでポン | カラオケ | 足の筋力アップストラックアウト |
| | 29 | 30 | 31 | <p>1月</p> | |
| 昼食 | 五目そば 柚子胡椒ザンギ バナナ 塩分~ 3.3 | わかめご飯 利休汁 おでん ほうれん草のカニカマの和え物 三色煮豆 塩分~ 2.6 | ドライカレー コンソメスープ プロッコリーサラダ フルーチェ(メロン) 塩分~ 2.7 | | |
| おやつ | 水ようかん | プリン | カスタードケーキ | | |
| 午後の活動 | ストレッチング | 棒体操的当て | 足の筋力アップミニゴルフ | | |

※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。