



令和3年1月発行



あけましておめでとうございます。

今年もどうぞよろしくお願い致します。今後も感染
予防対策を継続しながら、営業をしていきたいと思
いますので、ご協力をお願い致します。



今日は手まり寿司♪



1月4・5日に、通所で新年会を行
いました。今年最初の福引抽選会で
福を引いたのは一体誰でしょうか？
正月っぽい食事も提供してます～♪

当たりました～



笑顔になっちゃう♡



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
	1	2	3	4	5
昼食	御飯 コンソメスープ 鶏肉の香草焼き スナップエンドウソテー ポテトサラダ 塩分～ 2	ツナ入りのピラフ たまごスープ マカロニソテー シーザーサラダ 塩分～ 2.9	御飯 味噌汁 カレイの唐揚げ 南瓜の煮物 <small>白菜のしその実和え</small> 塩分～ 2.1	シーフードカレー きのこスープ コールスローサラダ マンゴー缶 塩分～ 3.6	五目あんかけにゆづめん 南瓜コロック 胡瓜の甘酢和え 塩分～ 6.2
おやつ	フルーチェ	ずんだもち	エクレア	たい焼き	杏仁豆腐
午後の活動	棒体操	ストレッチング	足の筋力アップ	棒体操	ストレッチング
	8	9	10	11	12
昼食	バターロール コンソメスープ チキンのトマト煮 スパゲティサラダ パイン缶 塩分～ 3.3	あったか ランチ	牛丼 味噌汁 なすの酢浸し 浅漬け 塩分～ 3.4	昔風醤油ラーメン 焼き餃子 白菜のゆず塩和え 塩分～ 5.8	さつまいもおこわ 味噌汁 鶏肉の粕漬け焼き 高野豆腐の含め煮 もずく酢 塩分～ 3.1
おやつ	フルーツみっ豆		フルーチェ	紅茶ゼリー	ワッフル
午後の活動	ビンゴ	棒体操 ミニゴルフ	ストレッチング ピンポンでポン	足の筋力アップ お手玉投げ	棒体操 的当て
	15	16	17	18	19
昼食	中華丼 豆腐スープ 南瓜の煮物 杏仁豆腐 塩分～ 2.8	和風焼うどん きのこスープ 揚げ出し豆腐 分葱の酢味噌和え 塩分～ 3.9	カレーピラフ コンソメスープ カニクリームコロック トマトサラダ 塩分～ 3	御飯 清まし汁 さばの味噌煮 ピーマン金平 焼きなす 塩分～ 2.6	御飯 わかめスープ 豚肉とキャバツの味噌炒め 厚揚げのチリソース 胡瓜のとびっこ和え 塩分～ 2.6
おやつ	まんじゅう	りんごゼリー	コーヒーゼリー	ワッフル	プリン
午後の活動	足の筋力アップ 棒倒し	ストレッチング	棒体操 お絵描きですよ	ストレッチング ゲートボール	足の筋力アップ ピンポンでポン
	22	23	24	25	26
昼食	月見そば エビシューマイ ピーマンのおかか和え 塩分～ 5.6	御飯 清まし汁 鶏のねぎ味噌焼き じゃが芋の含め煮 なすの香味ダレ 塩分～ 2.5	バターロール たまごスープ ミートローフ カブのコンソメ煮 マリネ 塩分～ 2.9	あったか ランチ	かつ丼 味噌汁 はんぺん煮 千枚漬け 塩分～ 3.2
おやつ	クレープ	桃まんじゅう	どら焼き		りんごゼリー
午後の活動	ストレッチング ポーリング	ビンゴ	足の筋力アップ お手玉投げ	棒体操 ミニゴルフ	ストレッチング ストラックアウト



※献立・活動内容は変更になることがあります。