

# 1月 通所だより

謹賀新年



本年も宜しく願っています。



平成30年 元日 通所部一同

お正月は、皆さんはどの様に過ごされましたでしょうか。

まだまだ寒い日が続く、インフルエンザなどの感染症が流行しています。

“手洗い・うがい”だけでなく、細目な換気や湿度調整、十分な休養も重要になります。

利用者さんの体調面で変わった事がありましたら、いつでも職員へお知らせ下さい。

## ～1月の予定～

- ※ 1日(月) 元日・通所開所日
- ※ 6日(土) 通所開所日
- ※ 8日(月) 成人の日・通所開所日
- ※ 9日(火) 3B体操
- ※ 10日(水) 新年会
- ※ 13日(土) 通所開所日
- ※ 19日(金) お楽しみ給食
- ※ 20日(土) 通所開所日
- ※ 24日(水) 3B体操
- ※ 27日(土) 通所開所日



2018年 戌

## ～鏡餅について～

毎年1月11日に“鏡開き”があります。大きな鏡餅は食べられるサイズにするのが大変です。

が、注意点が有ります。鏡餅は、切ってはいけません。

これは、武士が“切る”ということをして“縁起が悪いと嫌ったから”だといわれています。

同じように、“割る”という言葉も嫌ったので、“開く”と言います。



## ～1月予定献立表～

平成30年 1月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
♪♪♪♪♪ おせち料理 ♪♪♪♪♪	赤飯 鶏の照焼き 中華ナムル 澄まし汁 苺ムース	ご飯 ブリ煮付け 胡麻和え 雑煮 フルーツ ミたい焼き	ご飯 ガーリックポーク ヒジキ五目煮 コンソメスープ フルーツ ミ栗饅頭	ご飯 魚柚子ミソ焼 ホタテ甘煮 澄まし汁 プリン クッキー	ご飯 チキンカツ しらす和え みそ汁 フルーツ	七草がゆ 魚の香草焼 ポテトサラダ お吸い物 フルーツ
8	9	10	11	12	13	14
コーンご飯 ハッシュドポーク ツナ和え物 わかめスープ フルーツ	ご飯 魚ガーリック焼 高野豆腐煮 みそ汁 黒ゴマプリン	♪新年会♪ 混ぜ寿司 エビフライ 茶碗蒸し お吸い物 フルーツ	ご飯 焼き肉 三色ナムル みそ汁 コーヒゼリー	ロールパン ミートスパゲティ サラダ コンソメスープ フルーツ	ご飯 ブリのゲリル 変わり豆腐 澄まし汁 フルーツ	ご飯 自身フライ ごま和え みそ汁 ゼリー
ピザサンド	クッキー	ホームパイ	手作りおやつ ぜんざい	せんべい		
15	16	17	18	19	20	21
ご飯 麻婆豆腐 大根ナムル 中華スープ フルーツ クッキー	ご飯 鮭マヨネーズ焼 筑前煮 みそ汁 南瓜プリン せんべい	ご飯 酢豚 大豆の煮物 白菜スープ フルーツ ケーキ	ご飯 チャンポン ミニ春巻き ゼリー ホームパイ	♪♪♪♪♪ トッピングカレー ♪♪♪♪♪	ご飯 魚のムニエル 白和え みそ汁 フルーツ	ご飯 チキン南蛮 芋の煮物 みそ汁 ヨーグルト ゆらり喫茶
22	23	24	25	26	27	28
ご飯 ブリ照焼き 五目ビーフン トロモロコシスープ フルーツ	ご飯 豆腐五目煮 お浸し わかめスープ フルーツ クッキー	ご飯・みそ汁 セレクトメニュー ・鶏の唐揚げ ・ハンバーグ ひじき煮物 フルーツ せんべい	ご飯 赤魚ソテー (トマトソース) 洋風サラダ コンソメスープ 黒ゴマプリン Caワッフル	麦ご飯 シーフードカレー 海藻サラダ フルーツヨーグルト せんべい	ご飯 麻婆豆腐 ミニ春巻き 中華スープ 苺ムース	ご飯 豚汁 魚の塩焼き おおかか和え 南瓜プリン
29	30	31				
わかめご飯 醤油ラーメン 和風サラダ フルーツ きなこ煎餅	ご飯 ガーリックポーク 切干煮付け みそ汁 杏仁豆腐 クッキー	ご飯 アジフライ 筑前煮 玉子スープ フルーツ ピザサンド				