

春4月通所だより



いよいよ新年度のスタートです。

今年度も、通所のみなさんが楽しく利用していただけるよう

お手伝いさせていただきたいと思っておりますので、職員一同

よろしくお願ひいたします。



今月の行事 & お知らせ

- ◎ 1日(土) 通所開所日、3B 体操
- ◎ 3日(月) 花見行事
- ◎ 8日(土) 通所開所日
- ◎ 15日(土) 通所開所日
- ◎ 19日(水) 3B 体操、バイキング
- ◎ 22日(土) 通所開所日
- ◎ 26日(水) 自治会
- ◎ 29日(土) 通所開所日

- ◎今年度の通所担当者
- ・男性：牧原 洋平、計屋 成志、小平 武
 - ・女性：土屋 志保、新垣 泉



花粉症について

花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれています。花粉症の予防に一番有効なのは、**鼻と目に花粉が付着しないようにすること**です。つまり、外出を極力避け、家にいる間は窓の開け閉めを控えるのが最大の予防になります。

～4月予定献立表～

平成29年4月

5月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					ご飯 鮭マヨネズ焼 もやし和え わかめスープ ヨーグルト	ご飯 ブリ照焼き 和風酢の物 みそ汁 フルーツ
3	4	5	6	7	8	9
♪♪♪♪♪ 花見 お弁当 ♪♪♪♪♪	ご飯 鶏チーズ焼 (トマトソース) 洋風サラダ コンソメスープ ゼリー	ご飯 豚骨ラーメン 和風サラダ フルーツポンチ	ご飯 魚フライ 竹の子煮物 みそ汁 コーヒゼリー	麦ご飯 カツカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト	ご飯 八宝菜 冷や双 春雨スープ 南瓜プリン	ご飯 鶏カレー焼 高野豆腐煮 澄まし汁 フルーツ
桜もち	せんべい	Fe ワッフル	サブレ	ウエハース		
10	11	12	13	14	15	16
親子丼 おかか和え みそ汁 杏仁豆腐	炊込みご飯 魚の塩焼き 根菜の煮物 澄まし汁 フルーツ	ご飯 魚ムニエル 春雨和え物 みそ汁 チョコプリン	ご飯 ブリのグリル ゴボウサラダ 澄まし汁 フルーツ	ご飯 焼き肉 ポテトサラダ みそ汁 フルーツ	ご飯 魚のミソ焼 豆苗サラダ 澄まし汁 ゼリー	ご飯 鶏の唐揚げ 南瓜ポロ煮 みそ汁 フルーツ
ミニどら焼	きなこ煎餅	クッキー	ホームパイ	手作りおやつ 芋もち		
17	18	19	20	21	22	23
ご飯 ハンバーグ 大根ナムル スープ フルーツ	ご飯 豆腐五目煮 クラゲ和物 みそ汁 フルーツ	♪♪♪♪♪ バイキング ♪♪♪♪♪	麦ご飯 チキンカレー 海藻サラダ フルーツヨーグルト	ご飯 白身フライ 胡麻和え みそ汁 フルーツ	ご飯 野菜炒め しゅうまい 玉子スープ ゼリー	ご飯 スパイシーチキン ナムル 澄まし汁 フルーツ
せんべい	ピーチサンド	きなこ煎餅	ミニバームクーヘン	黒棒		ゆらり喫茶
24	25	26	27	28	29	30
ご飯 酢豚 和え物 中華スープ 杏仁豆腐	ご飯 アジフライ ジャーマンポテト みそ汁 フルーツ	ご飯 鶏の照り焼 わかめ酢物 みそ汁 フルーツ	竹の子ご飯 魚の磯辺揚げ 五目豆 お吸い物 ピーチムス	ロールパン ミートスパゲティ 温野菜 わかめスープ フルーツ	ご飯 コロッケ ツナ和え物 コンソメスープ 苺プリン	ご飯 魚の香草焼 ポテトサラダ 澄まし汁 フルーツ
カステラサンド	サブレ	ケーキの日	きなこ煎餅	ミニもなか		