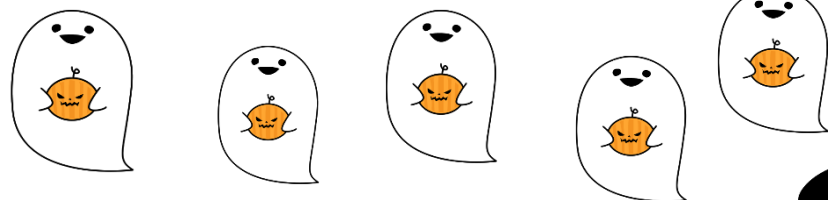
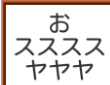
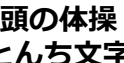




月刊すこやか

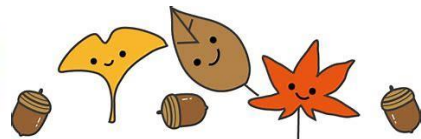


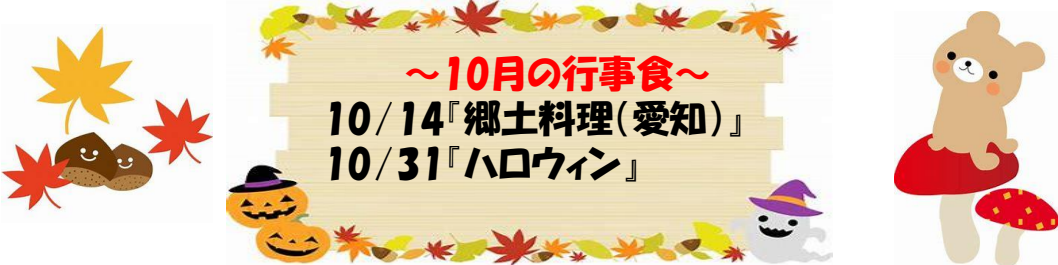
日	月	火	水	木	金	土
食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋、実りの秋・・・楽しみの多い季節がやってきました。皆さんはどんな秋を過ごされますか？ 通所リハビリでは10月もイベント盛り沢山で皆さんをお待ちしております。 振替・追加利用も承ります。是非ご参加下さい。 引き続き、感染対策にもご協力を宜しくお願い致します。						1  いとへん 頭の体操 いとへん
2	3  リハビリ体操 排泄動作	4  雑学クイズ	5  コグニサイズ	6  書道教室	7  リズム体操	8  お ススス ヤヤヤ 頭の体操 とんち文字
9	10 スポーツの日 通所休み	11  リハビリ体操 食事動作	12  頭の体操 なぞなぞ	13  書道教室 コグニサイズ	14  しりとり 頭の体操 しりとり	15  動作体操 入浴動作
16	17  書道教室	18  頭の体操 穴埋め脳トレ	19  手作り工作 予約制 箸置き作り	20  秋祭り	21  えっちゃんの 折り紙教室 コスモス	22  リズム体操
23	24  書道教室 時事クイズ	25  コグニサイズ	26  動作体操 整容動作	27  リハビリ体操	28  リズム体操	29  頭の体操 とんち文字
30 	31  ハロウィン 運動会	10/10は祝日の為、お休みとなっております。 振替のご希望があらわれましたらお早めにお知らせ下さい。 今月のアロマリラクゼーションは10月3日・11日・19日・27日です。 タクティールケアは10月14日・21日です。				





献立



月	火	水	木	金	土
					1
					赤飯 鶏肉のごまだれ炒め もずく酢 すまし汁 香の物
					黒糖まんじゅう
3	4	5	6	7	8
ご飯 白身魚フライ ふきのおかか煮 すまし汁 香の物	茄子と挽肉のカレー ブロッコリーと卵の サラダ ジュース 果物 甘夏	ご飯 筑前煮 大根の梅和え すまし汁 香の物	ご飯 鯖の蒲焼き 冷奴 味噌汁 果物 黄桃	おにぎり 焼きそば 海鮮しゅうまい 果物 梨	ご飯 鰯の香味漬け焼き 山芋のわさび和え かきたま汁 香の物
ココアワッフル	どら焼き	キャラメルケーキ	チョコクレープ	水ようかん	おはぎ
10	11	12	13	14	15
	ご飯 ふくさ蒸し レバーの甘辛煮 味噌汁 香の物	ご飯 鰯の塩焼き 春雨の真砂和え 味噌汁 果物 キウイ	ご飯 ハンバーグ おろしソース 蓮根のピリ辛炒め すまし汁 香の物	ご飯 味噌カツ ひじきの煮物 赤だし汁 果物 マンゴー	さつま芋ご飯 魚の煮付け ほうれん草の ごま和え 茶碗蒸し 果物 バナナ
	チョコロール	シュークリーム	メープルケーキ	たい焼き	ミルクレープ
17	18	19	20	21	22
ご飯 鶏肉のトマト煮 さつま芋サラダ コンソメスープ 香の物	ご飯 鰯の山椒焼き おろし和え 酒粕汁 果物 みかん缶	牛丼 焼き茄子 すまし汁 果物 りんご	ご飯 バンバンジー エビチリソース 中華スープ 果物 白桃	五穀米 豚肉の塩麹炒め なすと大葉のナムル つみれ汁 果物 バナナ	ご飯 牛肉のごまだれ焼き もやしと青梗菜の ソテー すまし汁 香の物
いちごロール	キャラメルケーキ	ぜんざい	チーズケーキ	まんじゅう	芋ようかん
24	25	26	27	28	29
ご飯 ぶりと大根の 炊き合わせ 南瓜の挽肉フライ 味噌汁 果物 白桃	ご飯 豚肉と三色野菜炒め 豆腐サラダ 味噌汁 果物 パイン	チャーハン 味噌ラーメン 焼き餃子 果物 洋ナシ	ご飯 鶏肉の山椒焼き さつま芋のそぼろ煮 味噌汁 香の物	ご飯 魚の粕味噌焼き 南瓜の含め煮 かきたま汁 果物 びわ	麦ごはん ピーマンの肉詰め フライ 切干しと胡瓜の ごま酢和え すまし汁 フルーツポンチ
大福	チョコクレープ	抹茶ケーキ	きなこおはぎ	今川焼き	キャラメルケーキ
31					
ロールパン 南瓜のクリーム シチュー ビーンズサラダ フルーツポンチ ジュース					
南瓜ババロア					