



2019年9月 湧和通信



発行責任者
 特定非営利活動法人 湧和
 理事長 御殿谷 光廣
 2019年9月1日

《 湧和通信 9月号 》

月	火	水	木	金	土
2 紙工作（静枝） 音楽療法（小金沢）	3 習字（阿部） 誕生会	4 花遊び 誕生会	5 絵手紙 誕生会 髪カット（岡本）	6 習字（自習） 朗読（湯田）午前 誕生会	7 三線 誕生会
9 紙工作（静枝）	10 敬老週間 折り紙（茅根） 音楽（菊池）	11 敬老週間 オカリナ （里音・リオン）	12 敬老週間 音楽（村山）	13 敬老週間 ロングトーン （クラリネット）	14 敬老週間 お話の会 （みみずくも） 誕生会
16 敬老週間 紙工作（静枝） 音楽療法（小金沢）	17 音楽クラブ（大木） 習字（阿部） 髪カット（岡本）	18 歌の広場 （リフレッシュクラブ）	19 絵手紙 誕生会	20 音楽クラブ（大木） 習字（高澤） 朗読（湯田）午前	21 ギター（中里） 誕生会
23 紙工作（静枝） 音楽療法（小金沢）	24 習字（阿部） 音楽（菊池）	25 大正琴（鈴木） 誕生会	26 習字（藤） 音楽（村山） 誕生会	27 習字（高澤） 誕生会	28 大正琴（宮崎） 習字（神林）
30 紙工作（静枝）	9月10日～16日は、敬老週間です！！				

8月6日と7日の2日間、恒例の納涼祭を開催致しました。初日は「かすみ草」さんによる「炭坑節」や「東京音頭」の盆踊りに始まり、暑気払いの「かき氷」を堪能し、「ヨーヨー釣り」も楽しめました。2日目は「たけ美会」さんによる「新東京音頭」、や「きよしのすんどこ節」等を踊り、皆さん方も浴衣やハッピーを着てボランティアさんや職員と一緒に踊りの輪の中に入り楽しんでいらっしゃいました。ドライバーさんやご利用者さんによる「太鼓」の音も部屋中に響きわたり、まさに「湧和、盆踊り大会」と言っても良いくらいに盛り上がっていました。



まだまだ猛暑は続きますので、皆さん熱中症には充分注意をして暑さを乗り切りましょう。

湧和通信9月号をお届けします。

2019年9月

9月献立表

食材の関係でメニューは変更になる場合があります。
ご了承ください！ TEL 729-0422

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 鯖の塩焼き 冬瓜と豚肉の煮物 切干しなま酢 味噌汁 フルーツ(梨) 533kcal 塩分2.1g	3 ハンバーグ 豆腐サラダ ゴーヤ炒め 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 547kcal 塩分2.8g	4 白身魚の竜田揚げ 煮物 小松菜のナムル きのこ汁 フルーツ(バナナ) 519kcal 塩分3.3g	5 豚の生姜焼き 切干し大根煮 ブロッコリーの 黒ゴマかけ おすまし フルーツ(キウイ) 547kcal 塩分2.8g	6 赤魚の煮付け じゃが芋の甘辛煮 隠元の辛し和え 味噌汁 フルーツ(バナナ) 397kcal 塩分2.3g	7 鶏の山椒焼き コールスローサラダ 金平ゴボウ 中華スープ ブルーベリーヨーグルト 482kcal 塩分1.8g
9 松風焼き 煮物 小松菜の和え物 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 514kcal 塩分2.6g	10 敬老週 赤飯 鮭フライ 炒り煮 かぶの浅漬け フルーツ煮・おすまし フルーツ(バナナ) 572kcal 塩分2.6g	11 敬老週 炊き込みご飯 豚しゃぶ 冬瓜の海老あんかけ おくらの和え物 若布の酢の物・味噌汁 コーヒーゼリー 570kcal 塩分2.8g	12 敬老週 いなり寿司 かじきの梅みそ焼き 五目卵焼き たたき胡瓜 南瓜の煮物 味噌汁・フルーツ(梨) 579kcal 塩分3.1g	13 敬老週 赤飯 天ぷら 田楽 なます ほうれん草のお浸し おすまし・巨峰 600kcal 塩分2.4g	14 敬老週 ちらし寿司 信田巻き スイートポテトサラダ つる紫のなめ茸和え なすの煮物・味噌汁 フルーツ(キウイ) 653kcal 塩分3.2g
16 敬老週 赤飯 かきあげ 煮物・煮豆 チンゲン菜のお浸し おすまし フルーツ(巨峰) 685kcal 塩分3.2g	17 ポークカレー グリーンサラダ スープ オレンジヨーグルト 582kcal 塩分3.2g	18 ホッケの塩焼き 煮物 トマトサラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 449 kcal 塩分2.9g	19 焼売 大根と胡瓜の ゴマ酢和え ザーサイ奴 スープ ヤクルト 491kcal 塩分2.0g	20 黒むつの照り焼き 煮物 浅漬け 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 446kcal 塩分3.2g	21 和風酢豚 マカロニサラダ ほうれん草の わさび和え 味噌汁 フルーツ(梨) 534kcal 塩分2.0g
23 鶏肉のホワイトソース 春雨サラダ 根菜の炒り煮 味噌汁 フルーツ(バナナ) 596kcal 塩分3.3g	24 かわいのムニエル 洋風煮物 なめ茸おろし 味噌汁 苺ヨーグルト 519kcal 塩分2.8g	25 ミートローフ ミモザサラダ ほうれん草の お浸し スープ フルーツ(梨) 510kcal 塩分2.6g	26 白身魚の葱ソース じゃが芋の そぼろあんかけ いんげんのおかか和え 具沢山味噌汁 フルーツ(オレンジ) 507kcal 塩分2.7g	27 鶏肉の マーマレード焼き ぜんまい煮 とろろ汁 おすまし フルーツ(バナナ) 579kcal 塩分2.8g	28 鯖の味噌煮 五目なます じゃが芋団子 味噌汁 フルーツ(柿) 566kcal 塩分3.4g
30 ほっけの香草焼き 炒り豆腐 胡瓜の酢の物 味噌汁 ヤクルト 552kcal 塩分2.6g					