

令和6年4月号

ティータイム

矢沢地域福祉センターだより
電話 0198-31-2122



4月1日からは新年度を迎え職員の異動もありますが、これまでと同様楽しく利用していただけるように頑張ります。

看護師より

利用者様の受診状況、お薬情報の確認のため
お薬を服用されている利用者様全員に、お薬手帳の持参をお願いいたします。
できれば4月中にお願いします。

センターより～

センター利用時での利用者様同士の物品のやり取りはご遠慮下さるようお願いいたします。トラブルの原因にもなりかねないためご協力ご理解のほどお願いします。



4月のレクリエーション

- 4/1～4/6 まちがい探し
- 4/8～4/13 お手玉リレー
- 4/15～4/20 春の歌
- 4/22～4/27 輪投げ
- 4/29 花巻粋恋会 (よさこいチーム)
- 4/30～5/4 動体視力ゲーム

4月の歌



前半：さくら



川の流れのように



後半：涙くんさよなら



瀬戸の花嫁



4月の床屋

ご希望される方は予約をお願いします。

4月22日(月)～4月27日(土)

～料金～ 2,200円

当日のお申込みは、人数の関係でお受けできない場合がありますので、必ず予約をお願いします。

代金をお持ちの際はお釣りのないようお願いします。

お誕生会の様子



虹の会様



踊りましたに
ボラモンテ
さりと緒に
りんとてア



花陽会様



邦扇会様



なかよし会様



職員による余興 チーム名 似内一座



4月 矢沢地域福祉センター献立表

		Kcal	
1	月	・御飯・根菜と小松菜の雷汁・鶏肉の親子とじ・胡麻酢和え・漬物	476
2	火	・御飯・麩と油揚げの味噌汁・高野豆腐の野菜あんかけ・生姜和え・海苔の佃煮	497
3	水	・炒飯・白菜と鶏肉の中華スープ・ゆかり和え・バナナヨーグルト	483
4	木	・雑穀入り御飯カレー・わかめスープ・野菜サラダ・みかん缶	516
5	金	・御飯・じゃがいも汁・鮭と春キャベツ蒸し焼き・切干大根のブルコギ風・胡瓜スティック漬	520
6	土	・御飯・大根汁・肉じゃが・ツナとキャベツの和え物・梅漬	489
7	日		
8	月	・御飯・なめこ汁・たらの三色あんかけ・辛子マヨネーズ和え・漬物	482
9	火	・ゆかり御飯・玉葱汁・鶏ももみぞれ煮・白和え・漬物	448
10	水	・御飯・白菜汁・酢鶏・小松菜の胡麻よごし・漬物	465
11	木	・御飯・とろろ昆布汁・鯖の味噌煮・大根サラダ・漬物	448
12	金	・御飯・しめじ汁・豚肉の香味炒め・春雨の酢の物・海苔の佃煮	542
13	土	・御飯・キャベツ汁・筑前煮・長芋とめかぶの和え物・漬物	444
14	日		
15	月	・たけのご御飯・そうめん汁・赤魚の西京焼き・ミートオムレツ・春雨サラダ・漬物	520
16	火	・たけのご御飯・しめじ汁・鯖の生姜煮・ミートオムレツ・辛子マヨネーズ和え・漬物	560
17	水	・たけのご御飯・若布と麩汁・焼売の野菜あんかけ・ミートオムレツ・辛子和え・漬物	444
18	木	・御飯・白菜と豆腐のスープ・チンジャオロース・春菊と炒り卵の二杯酢・漬物	491
19	金	・ゆかり御飯・わかめスープ・アスパラ菜と鶏肉のクリーム煮・コールスローサラダ・みかん缶	541
20	土	・御飯・けんちん汁・鱈の南蛮漬け・ほうれん草の卵とじ・漬物	478
21	日		
22	月	・牛丼・青菜汁・春雨の煮物・海老焼売	643
23	火	・ゆかり御飯・白菜汁・鶏肉の治部煮・春雨サラダ・漬物	511
24	水	・御飯・キャベツ汁・肉豆腐・ごぼうとシラスのきんぴら・漬物	532
25	木	・御飯・きのこスープ・ミートボールのトマト煮・ミモザサラダ・漬物	492
26	金	・中華飯・ワンタンスープ・玉葱もずく酢・みかん缶	465
27	土	・御飯・青菜汁・にら豚炒め・春雨の酢の物・海苔の佃煮	567
28	日		
29	月	・御飯・しめじ汁・赤魚の煮付け・ポテトサラダ・漬物	515
30	火	・御飯・葱麩汁・椎茸と麩の卵とじ・もやしと胡瓜の胡麻ヨーグルト和え・漬物	452

食材購入できない時は献立変更あります。3時はおやつ時間です、毎週変わります。

4月27日は地産地消献立です。4月22日はクックチル献立です。