

# 2月 デイサービス野ばら 行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土	
<div style="border: 2px dashed green; padding: 10px; background-color: #e0ffe0;"> <p><b>ケアビクス体操で体力増進！マッサージで気分すっきり！</b>  <b>女性はぬい絵や貼り絵、男性は将棋や囲碁など</b>  <b>様々なレクリエーションで楽しんでいただいています！！</b></p> </div>						<b>1</b> <b>塗り絵で鬼の お面を作ろう！</b> 【昼食】 プリの煮付け もやし炒め レタスとしらすのサラダ みそ汁	<b>2</b> <b>やってみよう！ ペットボトルゲーム</b> 【昼食】 豚肉とかぶの豆乳煮 なす味噌炒め チンゲン菜とトマトのサラダ すまし汁
<b>3</b> <b>節分 豆まいて 鬼退治だ！</b> 【昼食】 黄金カレイのみぞれ煮 ジャーマンポテト 白菜とパプリカの和え物 みそ汁	<b>4</b> <b>風船バレー 目指せ100回！</b> 【昼食】ササミカツ& カニクリームコロッケ かぼちゃの甘煮 カリフラワーのピクルス みそ汁	<b>5</b> <b>歌謡曲を 一緒に唄おう！</b> 【昼食】 あんこう鍋風 さつま芋金平 彩りレタスサラダ すまし汁	<b>6</b> <b>漢字クイズで 国語力アップ！</b> 【昼食】 焼きうどん カリフラワーのオーロラソースかけ フルーツ オニオンスープ	<b>7</b> <b>しいといを 長く続けよう！</b> 【昼食】 マーボー豆腐 チヂミ 春菊のお浸し かき玉汁	<b>8</b> <b>外食へ！ 美味しいひと時を</b> 【昼食】豚肉巻きフライ& 野菜コロッケ ビーフンソテー かぶの素干し和え みそ汁	<b>9</b> <b>挑戦！解答！ クロスワード</b> 【昼食】 ホキの生姜煮 卵の花 ブロッコリーとパプリカのサラダ みそ汁	
<b>10</b> <b>カラオケで ストレス発散！</b> 【昼食】 炒り鳥 キャベツと竹輪の炒め物 めかぶ みそ汁	<b>11</b> <b>建国記念の日 歴史を学ぼう！</b> 【昼食】 サワラの甘辛焼き チキンナゲット 小松菜の和え物 みそ汁	<b>12</b> <b>ボール投げで 腕の運動！</b> 【昼食】 豆腐と小柱のあんとし 焼き餃子 菜の花の酢味噌和え 中華スープ	<b>13</b> <b>頭の体操！ ことわざクイズ</b> 【昼食】 ホッケの塩焼き 根菜つみれ煮 マリネ風 みそ汁	<b>14</b> <b>甘い香りの バレンタイン会！</b> 【昼食】 スパゲッティミートソース ハートコロッケ スープ バレンタインデザート	<b>15</b> <b>トランプゲームで ひと勝負！</b> 【昼食】 サバの醤油漬け焼き 高野豆腐の含め煮 カリフラワーのカレーマヨ和え みそ汁	<b>16</b> <b>お手玉の 技を磨こう！</b> 【昼食】 豚肉のトマト煮 ちびっ子お好み焼き ポテトサラダ みそ汁	
<b>17</b> <b>狙え！ストライク ボウリング！</b> 【昼食】 シルバーのごま焼き 車ふの煮物 キャロットラペ みそ汁	<b>18</b> <b>楽しもう！ 魚へんクイズ</b> 【昼食】 鶏すき煮 さつま芋のベーコンソテー 小松菜のゆかり和え みそ汁	<b>19</b> <b>体験しよう！ オセロゲーム</b> 【昼食】 きつねそば 焼き春巻 なすのしそ風味 トロピカルフルーツ	<b>20</b> <b>素早く取ろう！ 水戸燗土カルタ</b> 【昼食】 焼肉風 イカ野菜カツ 煮奴 みそ汁	<b>21</b> <b>よく考えよう！ 言葉並べ替えクイズ</b> 【昼食】 アジの香草パン粉焼き かぼちゃのバター炒め 水菜と大豆の和風サラダ みそ汁	<b>22</b> <b>沢山入れよう！ 輪投げ</b> 【昼食】 豚肉のケチャップ炒め じゃが芋の土佐煮 小松菜のドレッシング和え みそ汁	<b>23</b> <b>童謡唱歌 懐かしの歌唱</b> 【昼食】しらすご飯 富士山コロッケ &黒はんぺんフライ おさく・すまし汁 チンゲン菜のわさび和え	
<b>24</b> <b>サッカーで 足の運動！</b> 【昼食】 チキンの粒マスタードソース 高野豆腐煮 さつま芋サラダ 味噌汁	<b>25</b> <b>サイコロ暗算 頭の体操！</b> 【昼食】 ピラフ ハムカツ 白菜のツナサラダ スープ	<b>26</b> <b>春を感じる 貼り絵をしよう！</b> 【昼食】 鶏照り三色丼 キャベツの甘酢和え つけもの・フルーツ みそ汁	<b>27</b> <b>3月の カレンダー作り</b> 【昼食】 キタノメヌケの唐揚げ カリフラワーの洋風煮 白菜の塩昆布和え みそ汁	<b>28</b> <b>3月の カレンダー作り</b> 【昼食】 けんちんうどん いなり餃子 冬野菜のサラダ ヨーグルト			