

# 第90号 野ばらニュース



発行日 平成31年3月1日

**365日宿泊型**

**デイサービス野ばら千波館**

〒310-0851 水戸市千波町 2872-35

TEL 029-306-7742 FAX 029-306-7743

街の梅の木には徐々に色づきが見られ、華やかな香りが感じられるようになりました。千波館では先月半ば、庭に野菜の苗を植えて春夏へ向けて育つよう、花壇の手入れを行いました。

## 節分と豆の2月

2月は節分があります。毎年節分ではご利用者様と一緒に鬼退治をします。豆を投げると鬼は退散していきました。レクリエーションでは豆をつかむゲームに挑戦し、集中力を鍛えました。



野ばらの楽しい日常を随時更新中

ぜひアクセスして下さいね♪

<https://www.facebook.com/dayservicenobara.senba>



### 365日24時間対応宿泊型デイサービス 野ばらのご案内

一泊560円～の宿泊費、昼食おやつ代500円で、経済的負担の少ない料金設定です。

- ① 急な宿泊・利用に柔軟に対応する、利用者本意の介護サービスを実施しています。
- ② 家庭的雰囲気、利用者に合わせて密度の濃い介護サービスを実施します。
- ③ 無料整体の実施で、利用者の満足と身体機能を向上させています！

# 3月 デイサービス野ばら 行事カレンダー

| 日  | 月   | 火   | 水   | 木  | 金  | 土   |
|--|---|---|---|--|--|---|
| <p><b>31</b></p> <p><b>桜を塗り絵で描きましょう!</b></p> <p>【昼食】 いなり寿司<br/>豚肉とじゃが芋のバター醤油炒め<br/>オクラのゆず和え<br/>みそ汁</p>          | <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><br/> <b>女性はぬり絵や貼り絵、男性は将棋や囲碁など</b><br/> <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> |   |   |  | <p><b>1</b></p> <p><b>春といえば… 遠想クイズ!</b></p> <p>【昼食】 かに玉風<br/>甘酢あんかけ<br/>かぼちゃの煮付け<br/>インゲンの和え物<br/>すまし汁</p> | <p><b>2</b></p> <p><b>お雛さまの絵を作ろう!</b></p> <p>【昼食】五目豆腐ハンバーグ<br/>鳥レバーの和風カレー煮<br/>マカロニサラダ<br/>みそ汁</p>              |
| <p><b>3</b></p> <p><b>ひな祭りです 桜もちを手作り!</b></p> <p>【昼食】 ちらし寿司<br/>天ぷら盛り合わせ<br/>カリフラワーのベーコンサラダ<br/>桃のデザート、みそ汁</p>   | <p><b>4</b></p> <p><b>風船バレー 100回目指せ!</b></p> <p>【昼食】豚肉のスタミナ炒め<br/>刻み昆布煮<br/>大根サラダ<br/>みそ汁</p>                       | <p><b>5</b></p> <p><b>歌謡曲を一緒に唄おう!</b></p> <p>【昼食】北海チャーハン<br/>冬瓜と人参さつまの煮物<br/>なすの酢じょうゆかけ<br/>春雨スープ</p>   | <p><b>6</b></p> <p><b>ボールを投げて楽しもう!</b></p> <p>【昼食】 味噌ラーメン<br/>焼き餃子<br/>レタスとパプリカのサラダ<br/>バナナ</p> | <p><b>7</b></p> <p><b>指体操でリラクセス!</b></p> <p>【昼食】 トンカツ<br/>高野豆腐煮<br/>ほうれん草のしらす和え<br/>みそ汁</p>                    | <p><b>8</b></p> <p><b>水戸燻土かるた大会!</b></p> <p>【昼食】豚肉の花かつお焼き<br/>香味シューマイ<br/>コールスローサラダ<br/>みそ汁</p>            | <p><b>9</b></p> <p><b>サッカーで脚の運動!</b></p> <p>【昼食】赤魚のチーズ焼き<br/>切干大根煮<br/>白菜のわさびとレッシング<br/>みそ汁</p>                 |
| <p><b>10</b></p> <p><b>カラオケでストレス発散!</b></p> <p>【昼食】鶏肉のたれがらめ<br/>たけのこの煮物<br/>ブロッコリーサラダ<br/>みそ汁</p>                | <p><b>11</b></p> <p><b>梅を見に行きましょう!</b></p> <p>【昼食】シルバーのパン粉焼き<br/>白菜の煮物<br/>たぬき奴<br/>みそ汁</p>                         | <p><b>12</b></p> <p><b>後だしジャンケンで脳トレです!</b></p> <p>【昼食】麦とろごはん<br/>ミニ肉そば、ツナ大根<br/>カリフラワーのピクルス<br/>りんご</p> | <p><b>13</b></p> <p><b>オセロでひと勝負です!</b></p> <p>【昼食】白糸タラの磯辺揚げ<br/>チヂミ<br/>コーンサラダ<br/>みそ汁</p>      | <p><b>14</b></p> <p><b>ホワイトデー お菓子食べよう!</b></p> <p>【昼食】ケチャップライスのクリームソースかけ<br/>キャベツのツナサラダ<br/>ポトフ風スープ、いちごゼリー</p> | <p><b>15</b></p> <p><b>クロスワードで脳トレ!</b></p> <p>【昼食】豚肉のオイスター炒め<br/>かぼちゃ煮<br/>小松菜のナムル<br/>すまし汁</p>            | <p><b>16</b></p> <p><b>上まで乗せよう! キャンプ積み</b></p> <p>【昼食】キタノメスケの漬け焼き<br/>ほうれん草のおかか煮<br/>春雨サラダ<br/>みそ汁</p>          |
| <p><b>17</b></p> <p><b>3月のお誕生会です!</b></p> <p>【昼食】 チキンカレー<br/>福神漬<br/>トマトサラダ<br/>ネーブル</p>                         | <p><b>18</b></p> <p><b>ペダルこぎで脚の筋力強化!</b></p> <p>【昼食】サバの焼き浸し<br/>ひじきと大豆の炒り煮<br/>チンゲン菜の信田和え<br/>かき玉汁</p>              | <p><b>19</b></p> <p><b>言葉並べ替えて熟語クイズ!</b></p> <p>【昼食】 博多がめ煮<br/>いなり餃子<br/>ミモザサラダ<br/>みそ汁</p>             | <p><b>20</b></p> <p><b>沢山言えるかな? 野菜の名前</b></p> <p>【昼食】 衣笠井<br/>白菜の中華炒め<br/>漬物、みそ汁<br/>バナナ</p>    | <p><b>21</b></p> <p><b>お彼岸です 昔話を語りましょう</b></p> <p>【昼食】竹の子ごはん<br/>アジの塩焼き<br/>カリフラワーのマヨ焼き<br/>チンゲン菜サラダ、みそ汁</p>   | <p><b>22</b></p> <p><b>ペットボトルでバランスゲーム!</b></p> <p>【昼食】ミニわかめご飯<br/>ほうとう風鳥もつ煮<br/>茄子のゆずみそ和え<br/>フルーツ</p>     | <p><b>23</b></p> <p><b>フィギュアをテレビで見よう!</b></p> <p>【昼食】 回鍋肉<br/>さつま芋のバター醤油煮<br/>塩昆布豆腐<br/>すまし汁</p>                |
| <p><b>24</b></p> <p><b>大相撲 千秋楽観戦会です!</b></p> <p>【昼食】 黄金カレイのネギ醤油かけ<br/>ほうれん草と小柱の煮物<br/>じゃが芋のマスタードマヨ和え<br/>みそ汁</p> | <p><b>25</b></p> <p><b>サイコロ暗算で運試しです!</b></p> <p>【昼食】 鶏肉のみそ漬け焼き<br/>車麩の玉子とじ<br/>大根の素干し和え<br/>すまし汁</p>                | <p><b>26</b></p> <p><b>意外に面白いよ! 将棋山崩し</b></p> <p>【昼食】イナダのバターコンソメ蒸し<br/>卵の花<br/>レタスサラダ<br/>みそ汁</p>       | <p><b>27</b></p> <p><b>折り紙で作ろう! 春の花</b></p> <p>【昼食】 お花見うどん<br/>厚揚げのそぼろ炒め<br/>海藻サラダ<br/>ネーブル</p> | <p><b>28</b></p> <p><b>童謡唱歌懐かしの名曲</b></p> <p>【昼食】チキンチーズ焼き<br/>かぼちゃの煮付け<br/>ひじきの白和え<br/>みそ汁</p>                 | <p><b>29</b></p> <p><b>お手玉投げてキャッチボール!</b></p> <p>【昼食】 ホキの漬け焼き<br/>若竹煮<br/>キャベツの中華風サラダ<br/>みそ汁</p>          | <p><b>30</b></p> <p><b>ドライブで! 春の花を見よう!</b></p> <p>【昼食】 あさりと菜の花のコロッケ<br/>ささみフライ<br/>ごぼうとツナの金平風<br/>大根サラダ、みそ汁</p> |