



## ♪ 節分レク ♪

2月3日(月)に「節分レク」を行いました。今年の節分は地球の公転の関係で前日の2月2日(日)でしたが1日遅れでしたが、皆さん元気に参加して頂けました。  
 始めに「節分ゲーム!!」たくさんの鬼のカード目掛けて「鬼は外! 福は内!」とお手玉を投げ鬼のカードを落としてみえました。「それ!」「えい!」と元気な声が聞こえてきました。  
 全てのカードを落とした方は「やったー!!」と大変盛り上がりました。  
 おやつには恵方巻きにちなんで職員がデコレーションしたロールケーキを召し上がって頂きました。「可愛い~♪」「甘くて美味しい~♪」と大好評でした。  
 今年も皆さんに福が訪れまように♪♪



## ♪ バレンタインデー ♪

2月14日(金)はバレンタインデー♪デイサービスでは2月13日(木)に「バレンタインのおやつレク」を行いました。職員手作りのチョコレートムース♪  
 マシュマロを溶かしチョコレートを入れて…。デイルームの中は甘い良い香りに♪  
 甘い香りは、幸せな気持ちになりますね♪  
 職員の愛情いっぱいチョコレートムースが完成しました。  
 「甘くて美味しい♪」「チョコレートなんて久しぶり♪」と大変喜んで頂きました。



## プレミアム小物についてのお知らせ

今回のプレミアム小物は「亀の縁起物」のストラップです。  
 5円玉にキラキラ光るひもを巻いて作ります♪  
 簡単に完成しますので、ぜひ挑戦してみてくださいね。

亀の縁起物 ストラップ 100円



## ♪ 鍋レク ♪



2月17日(月)に「鍋レク」を行いました。  
 今年のお鍋は「みそ鍋」です♪  
 沢山の野菜とつくねとがんとどきをグツグツ…  
 良い香りがフロアーに♪♪  
 「うーん♪美味しそうな臭い♪」お昼ご飯まで  
 ワクワク…♪皆さんに沢山召し上がって  
 頂きました♪心を体もポカポカになりました。



## ♪ 今月のプログラム ♪

- 3月 3日(月) ひな祭り会
- 3月12日(水) 山下先生の音楽療法
- 3月14日(金) ホワイトデーレク
- 3月21日(金) ビンゴ大会
- 3月17日(月)~22日(土) 小物作り週間
- 3月26日(水) 尺八教室
- 3月24日(月)~4/5(土) お花見ドライブ



行き先: 鷹ヶ池公園

☆行事予定は変更になる場合があります。よろしくお願ひします。





# 3月の献立カレンダー



 <div data-bbox="422 201 670 380"> <p>3/1 おついたり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>赤飯</li> <li>生姜香るタラの竜田揚げ</li> <li>さつま芋のレモン煮</li> <li>小松菜のわさび和え</li> </ul> </div> 	3月1日					
	曜日 土曜日					
	レク わなげ					
	昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>おついたり</li> <li>赤飯</li> <li>生姜香るタラの竜田揚げ</li> <li>小松菜のわさび和え</li> <li>さつま芋のレモン煮</li> </ul>					
おやつ 柚実香						
3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	
曜日 月曜日	曜日 火曜日	曜日 水曜日	曜日 木曜日	曜日 金曜日	曜日 土曜日	
レク ひな祭り会	カラオケ	テーブル	釣り	ボーリング	ゴルフ	
昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>上巳の節句</li> <li>春の彩りちらし寿司</li> <li>野菜入りふんわりしんじょう</li> <li>白桃プリン</li> </ul>	マンチカツ	啓蟄	醤油ラーメン	鶏ももの唐揚げ	タラの和風あんかけ	
	とうもろこしと豆のチリソース煮	銀ひらすの西京焼き	しゅうまい	厚揚げとピーマンの味噌炒め	さつま芋の甘煮	
	もやしの酢の物	きのこ入りひじき煮	ごぼうサラダ	刻み大根の梅肉和え	人参と蒸し鶏の和え物	
		ブロッコリーの胡麻和え	ぶどうジュレ			
おやつ お楽しみ♪	キャラメルコーン	ハッ橋(抹茶)	パウムクーヘン(紅茶)	チーズあられ	ふんわりロールケーキ	
3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	
曜日 月曜日	曜日 火曜日	曜日 水曜日	曜日 木曜日	曜日 金曜日	曜日 土曜日	
レク お手玉	frisbee	音楽療法	わなげ	脳トレ	釣り	
昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>カレーの中華あんかけ</li> <li>しゅうまい</li> <li>レンコンの梅おかかマヨサラダ</li> </ul>	防災食の日	だし香る和風とんてき	赤魚の西京焼き	ホワイトデー	いわしの山椒煮	
			セロリと人参のごまきんぴら	さつま芋のそぼろ煮	わかめうどん	人参しりしり
			粒マスタード入りポテトサラダ	ブロッコリーのおかかマヨサラダ	豆乳がんとめ煮	山芋とろろ(だし入り)
					コーン入りコールスローサラダ	
おやつ 特選ほまれ	ピーチサンド	ミニようかんロール	塩ぼんずおかし	お楽しみ♪	麩菓子	
3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	
曜日 月曜日	曜日 火曜日	曜日 水曜日	曜日 木曜日	曜日 金曜日	曜日 土曜日	
レク 小物作り	小物作り	小物作り・カラオケ	小物作り・ゲーム	ピンゴ大会	小物作り・カラオケ	
昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>肉じゃが</li> <li>だし巻き卵</li> <li>もやしの酢の物</li> </ul>	赤魚のトマトカレー煮	たまごそば	春分の日	チキンステーキ	海老入りかき揚げ丼	
	ほうれん草と玉ねぎのソテー	キャベツと薄揚げの煮びたし	にしんの柚子すだちおろし煮	しっとり炒り高野	レバーの生姜煮	
	春雨サラダ	人参と蒸し鶏の和え物	チンゲン菜と椎茸の炒め煮	スパゲティーサラダ	オクラとろろ	
			ひじきのサラダ			
おやつ 珈琲タイムミニ	とうもろこしせんべい	しみチョコ	みるく棒	ロアンヌ	サラダふくべ煎	
3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	
曜日 月曜日	曜日 火曜日	曜日 水曜日	曜日 木曜日	曜日 金曜日	曜日 土曜日	
レク お花見ドライブ	お花見ドライブ・カラオケ	お花見ドライブ・尺八教室	お花見ドライブ・カラオケ	お花見ドライブ・ゲーム	お花見ドライブ・ゲーム	
昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏の照り焼き</li> <li>ビーフン</li> <li>豆とコーンのオーロラソース和え</li> </ul>	ご当地グルメ 山口県	一口とんかつ	さばの味噌煮	湯葉丼	ポークチャップ	
		瓦そば風茶そば	具沢山野菜の煮込み	人参しりしり	春雨の五目炒め	豆の煮物
		けんちょう	カリフラワーのマリネ	おくらと長芋の和え物	小松菜のわさび和え	レンコンの梅おかかマヨサラダ
		柚子ゼリー				
おやつ ハッ橋(抹茶)	リトルクッキー	もぐもぐりんごあんパイ	黒ごまチップス	宇治金時	スイスパウム	
3月31日	 <p>3/3 行事食 - 上巳の節句 -</p> <p>桃の花が咲くころの節句をかねて、別荘(桃の原)にも呼ばれています。春の訪れを喜び、無病無災を願う日まで。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏の照り焼き</li> <li>野菜入りふんわりしんじょう</li> <li>白桃プリン</li> </ul>					
曜日 月曜日						
レク お花見ドライブ・釣り	 <p>3/25 ご当地グルメ(山口県)</p> <p>瓦そばとは、山口県のご当地特産品です。平文ばの上に甘く煮た牛肉と豚玉子をのせ、つゆにひいて食べます。(国産料理の「けんちょう」)かつお節は、お花見の季節です。とろろと一緒に召し上がってください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>瓦そば風茶そば</li> <li>けんちょう</li> <li>柚子ゼリー</li> </ul>					
昼食 <ul style="list-style-type: none"> <li>ソース焼きそば</li> <li>ナゲット</li> <li>ツナマヨコーン</li> </ul>						
	おやつ レモンケーキ					

送迎時の手指消毒、到着時や食事・おやつ前の手洗いや消毒、換気、マスク着用の声掛けなど安心してご利用いただけるよう職員一同対応させていただいております。いつもご協力ありがとうございます。引き続きよろしく願いいたします。



日頃より南天をご利用いただきありがとうございます。  
南天ではご利用される皆様が安心して楽しんでいただけるよう環境作りに努め、行事を企画しています。  
ご意見、ご要望などありましたらお気軽にお申し付けください。

円初詣

1月末の事になりますが、円福寺の上にある白山神社へ初詣に出掛けています。風が冷たく寒い中となりましたが、しっかりとお祈りされていました。皆さんの願いが叶いますように。



節分の豆まき

2月3日はレクリエーションの時間に豆まきを行いました。皆さん、元気な掛け声と共に鬼の顔をめがけて豆を投げつけました。



鍋の日 第四弾

2月は秋田県のご当地メニューの「きりたんぼ鍋」をご用意いたしました。「初めて食べたけど、美味しい!」など、ご好評を頂きました。



♡バレンタインデー♡

2月14日バレンタインデーのおやつはチョコレートフォンデュをご用意しました。いちごやバナナにチョコをかけてお召し上がりになっています。



感染症予防に

ご協力ありがとうございます(≥▽≤)

○乗車時の検温と消毒にご協力下さい。また体調不良の際は利用をご遠慮下さい。

○利用中はマスクの使用をお願いしています。

○送迎車、ティールームは常時、換気をしアクリル板を設置しています。

○手洗い、うがい及び消毒を実施しています。

3月の行事案内(\*'▽'\*)

○ひな祭りおやつレクリエーションや桜の開花状況を見ながらドライブに出掛ける予定です。

◆南天からのお願い◆  
ご利用者様の健康管理の一環として、お薬の情報提供をお願いします。  
お薬が新しくなった際には、ご連絡、お薬手帳及びお薬の説明書をご持参ください。

月	火	水	木	金	土
3月31日	『ご当地グルメ・山口県』				1
◆ソース焼きそば ◆ナゲット ◆ツナマヨコーン	 <p>「瓦そば」とは、山口県のご当地麺料理です。茶そばの上に甘く煮た牛肉と錦糸玉子をのせ、つゆにつけて食べます。郷土料理の「けんちょう」、さっぱりした味わいの「柚子ゼリー」と一緒にお召し上がりください。</p>				<p>健康な日々を願いを込めて</p> <p>『おついたち』</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆赤飯(北海道産小豆)</li> <li>◆生麦煮るタラの竜田揚げ</li> <li>◆さつま芋のレモン煮</li> <li>◆小松菜のわさび和え</li> </ul>
おやつ レモンケーキ	おやつ 柚実香(ゆずみか)				
3 季節献立*	4	5 季節献立*	6	7	8
『上巳の節句』 ◆春の彩りちらし寿司 ◆ふんわりしんじょう ◆白桃プリン	◆メンチカツ ◆とうもろこしと豆のチリソース煮 ◆もやし酢の物の	『啓蟄』 ◆銀ひらすの西京焼き ◆きのこ入りひじき煮 ◆ブロッコリーの胡麻和え	◆醤油ラーメン(野菜・豚肉) ◆しゅうまい ◆ごぼうサラダ ◆ぶどうジュレ	◆鶏もも唐揚げ ◆厚揚げとピーマンの味噌炒め ◆刻み大根の梅肉和え	◆タラの和風あんかけ ◆さつま芋の甘煮 ◆人参と蒸し鶏の和え物
おやつ ひな祭りおやつ	おやつ キャラメルコーン	おやつ 抹茶ハフ橋	おやつ 紅茶パウムクーヘン	おやつ チーズあられ	おやつ ミルクロールケーキ
10	11	12	13	14 季節献立*	15
◆カレイの中華あんかけ ◆しゅうまい ◆レンコンの梅おほかマヨサラダ	『防災食の日』 『防災食』を体験しよう♪	◆だし香る和風とんてき ◆セロリと人参のごまきんぴら ◆粒マスタード入りポテトサラダ	◆赤魚の西京焼き ◆さつま芋のそぼろ煮 ◆ブロッコリーのおほかマヨサラダ	『ホワイトデー』 ◆わかめうどん ◆豆乳がんもの詰め煮 ◆コーン入りコールスローサラダ ◆ラムネジュレ	◆いわしの山椒煮 ◆人参しりしり ◆山芋とろろ
おやつ 特選ほまれ	おやつ ピーチサンド	おやつ 羊かんロール	おやつ 塩ボン酢おかし	おやつ お楽しみ	おやつ 黒糖菓子
17	18	19	20 季節献立*	21	22
◆肉じゃが ◆だし巻き卵 ◆もやし酢の物の	◆赤魚のトマトカレー煮 ◆ほうれん草と玉ねぎのソテー ◆春雨サラダ	◆たまごそば ◆キャベツと薄揚げの煮びだし ◆人参と蒸し鶏の和え物 ◆白桃ジュレ	『春分の日』 ◆にしんの柚子すだちおろし煮 ◆チンゲン菜と椎茸の炒め煮 ◆ひじきのサラダ	◆チキンステーキ ◆しっとり炒り高野 ◆スパゲティサラダ	◆海老入りかき揚げ丼 ◆レバーの生姜煮 ◆オクラとろろ
おやつ コーヒーカステラ	おやつ どうもろこしせんべい	おやつ チョココーンスナック	おやつ みらく棒	おやつ 和やかロアヌ	おやつ サラダせんべい
24	25	26	27	28	29
◆鶏の照り焼き ◆ピーマン ◆豆とコーンのオーロラソース和え	『ご当地グルメ』 ~山口県~ ◆瓦そば風茶そば ◆けんちょう ◆柚子ゼリー	◆一口とんかつ ◆具沢山野菜の煮込み ◆カリフラワーのマリネ	◆さばの味噌煮 ◆人参しりしり ◆おくらと長芋の和え物	◆湯葉丼 ◆春雨の五目炒め ◆小松菜のわさび和え	◆ポークチャップ ◆豆の煮物 ◆レンコンの梅おほかマヨサラダ
おやつ 抹茶ハフ橋	おやつ 小粒クッキー	おやつ りんごあんぱい	おやつ 黒ごまチップス	おやつ 宇治金時	おやつ スイスパウム

○アレルギーがある場合は遠慮なくお申し出下さい。○献立が変更となる場合があります。