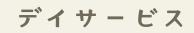
五感が豊かになる

カラダの機能改善に特化した











| SUN | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|-------|----------------------|--------------------|---|-----------------|----------------------|--|
| | | | | | | 1 |
| | | | | | | タッチケア |
| 2 休 | 3 筆ペン 教室 | 4 版 脳トレ 体操 | 書道教室 | 6 季節の ものづくり | 7 アロマハンド マッサージ | 健康体操 |
| 9 休 | 10 ゲーム 大 会 | 11 筆ペン 教室 | 12 フラワーアレン ジメント 別途 620円 2026年1月 料金改定 | 13 脳トレ 体操 | 14 音楽 セラピー | 15 筆ペン 教室 |
| 16 | 17 季節の ものづくり | 18 がス セラピー | 19 おやつ づくり | 20 サイヤ | 21 季節の ものづくり | 22 [†] ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ |
| 23/30 | 24 版 | 25 季節の ものづくり | 26 版トレ (材操 | 27 筆ペン 教室 | 28 ゲンス セラピー | 29 季節の ものづくり |

」 ふくらはぎケア



今月のお誕生日

1日 M様(93歳) M様(102歳)

22日 Y様(93歳)

S様(94歳) 28日

30日 S様(83歳)

K様(89歳) Y様(90歳) K様(86歳)

T様(83歳)

21日 E様(92歳)



102歳



今月の理美容

予約制 🤍 11月 4日 (火) PM 11月24日 (月) PM

※5日前迄に予約

※4時間以上の方対象

ABOUT MENU

| | SUN | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|---|-----|---|--|--|--|--|---|
| | | | | | | | 1 茄子と豚肉味噌 炒め おから 紅白なます |
| 2 | (休 | 3 きつねうどん 切り干し大根煮 三色野菜の シャキシャキ サラダ | 4 木の葉井 さつまいも甘煮 もずく酢の物 | 5 アジ竜田揚げ 南瓜煮 インゲン酢の物 | 6 肉じゃが 大豆昆布煮 ほうれん草 ナムル | 7 かにかまの卵 あんかけ 小松菜じゃこ 炒め 紅白なます | 8 さつまいもと 酢豚炒め ネギの揚げ煮 ピーマン おかか和え |
| S | 休 | 10 きのこの野菜 カレー インゲン豆のエ スニックサラダ 大根煮 | 11 梅おろしうどん 切下大根煮 小松菜のじゃこ サラダ | 12 じゃかいも 和牛コロッケ 豆腐きのこ あんかけ ツナと人参サラダ | 13 豆腐香り焼き ひじき煮 インゲン甘酢和え | 14 豚と高野豆腐の すき焼き風 南瓜煮 ピーマンツナ和え | 15 ハヤシライス ブロッコリー 卵サラダ 野菜甘酢漬け |
| | 6 休 | 17 厚揚げの ユーリンチー風 筑前煮 小松菜サラダ | 18 茄子の ドライカレー 五目金平 パプリカサラダ | 19 豚肉とブロッコ リー炒め ひじき煮 酢人参 | 20 根菜の甘辛炒め ほうれん胡麻和え インゲン酢の物 | 21 梅おろしうどん 切干大根煮 小松菜のじゃこ サラダ | 22 肉じゃが 白菜揚け煮 ほうれん草ナムル |
| 2 | (休 | 24 茄子のマーボー あんかけ 人参金平 インゲン豆のエ スニックサラダ | 25 じゃかいも 和牛コロッケ 豆腐きのこ あんかけ ツナと人参サラダ | 26 きつねうどん 南瓜煮 ピーマンおかか 和え | 27 きのこの野菜 カレー ブロッコリー 卵サラダ 大根煮 | 28 野菜チーズ焼き 筑前煮 キャベツマリネ | 29 タラ天ぷらタルタ ルソースがけ 高野豆腐煮 三色野菜のシャキ シャキサラダ |

今月の野菜

野菜の中でもトップクラスの栄養価を誇る野菜です。収穫後10℃前後で かぼちゃ 風通しのよいところにおいておくと、甘みが増し、栄養価も高まります。 カロテンは肌や粘膜、目を丈夫にし、免疫力を高めます。また、ビタミン Eは結構を促進し、体を温めるので、冷え性の緩和に効果があります。

今月の特別メニュー



SPECIAL

日 時 11月4日 (火)



木の葉丼 さつまいも甘煮 もずく酢の物





