

2月7日（金）

簡単ランチ【中華丼】



豚肉や野菜など具材は9種類。オイスターソースに鶏ガラスープで生姜も加えた味付けは、具材とのバランスも良く、とろみ加減もバッチリでした。



2月13日（木）

簡単ランチ【クリームスープ&もち餅パンケーキ】

小麦粉、バター、牛乳を丁寧に混ぜ合わせたクリーム色のスープは野菜やマカロニも入り、色合いも味も優しい仕上がり。パンケーキには砕いて溶かしたお餅を加えて焼くことでもちもち感が楽しめます。



3日（木）餃子丼

残りの餃子の皮で「おとっと」が作れるらしい。挑戦します。10時開始

11日（金）焼きラーメン

参加費 割り勘

2月17日（月）

昼食会【肉団子とさつま芋の甘酢炒め】

「肉団子の甘酢が食べたい」のリクエストで企画。揚げ焼きした肉団子とさつま芋、他の野菜もしっかりタレにからんで、ご飯との相性抜群。副菜のかき菜の煮浸しは生姜風味でさっぱり、かきたま汁はピリ辛で変化のある味付けにしてみました。



21日（月）は

「ひき肉とはんぺんの磯辺焼き」を作ります

お知らせ

4月7日はサービスDAY！

材料費無料でタイ料理のグリーンカレーを作ります。ココナッツミルクを使って、少し辛めでちょっと甘さもあるスープ料理です。10時開始
ご飯はアルファ米、肉は鶏肉を使用します。
要予約
普段はなかなか登場しないメニュー。是非、ご参加下さい。

カレーの日はいつも通り2回開催します

17日（木）大根カレー ・ 25日（木）いつものカレー

登録更新について

令和7年度利用登録更新を行っています。個別にお話を伺いながら手続きを行いますので、希望する日がある方はあらかじめご連絡ください。

精神保健福祉手帳、療育手帳、身体障害者手帳のある方は持ってきてください。

4月中に来所できない場合は更新用紙をお送りすることもできます。

はればれ売店が閉店されても、南伊豆ウォーキングは続きます！

ウォーキングしたくなる季節。コメリ、しど弁当などをコースに入れて歩きます。ご希望の場所がある方はスタッフまで…。

アロマ芳香剤つくりを行います

4月12日（土）・23日（水）

9時50分頃～11時30分

参加費 200円／1個（容器代込み）

前回の容器を持参の場合は50円／1個で作ることができます



令和7年4月 支援センターふれあい 予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 将棋 ゲームの日	2 カラオケ 会費 100円	3 簡単ランチ (餃子丼) &おっとっと作り ランチ会費 割り勘 要予約 10時開始	4 卓球	5 芳香剤作り 材料費 50円～200円 要予約 10時開始 下田送迎(要予約)
6 お休み	7 サービスDAY アルファ米で食べる グリーンカレー (タイ料理) 参加費無料 要予約	8 卓球	9 音楽の日 ウクレレを弾いてみたい方 ぜひどうぞ！	10 ウォーキング (東伊豆) 要予約	11 簡単ランチ (焼きラーメン) &予定決め ランチ会費 割り勘 要予約 10時開始	12 カラオケ 会費 100円 下田送迎(要予約)
13 お休み	14	15 将棋 ゲームの日	16 AM つるし雛 材料費 10円	17 カレーの日 会費 割り勘 11時開始 要予約 河津送迎(要予約)	18 パソコン	19 午後カラ 13時～カラオケ開始 西伊豆送迎(要予約)
20 お休み	21 昼食会 (ひき肉とはんぺんの 磯辺焼き) 会費 300円 要予約	22 卓球	23 芳香剤作り 材料費 50円～200円 要予約 10時開始	24 カラオケ PM 茶話会 会費 100円	25 カレーの日 会費 割り勘 要予約 10時開始	26 上映会 午前・午後で2本上映 下田送迎(要予約)
27 お休み	28 南伊豆 ウォーキング 要予約	29 お休み	30 音楽の日 ウクレレを弾いてみたい方 ぜひどうぞ！			

★ 施設利用料 100円 (プログラム参加費は別途)

★ 行事参加予約は当日でもOKです

予約・お問い合わせ(9時～17時)

★ 送迎の予約はできるだけ前日までにお願いします (人数により乗れない場合もあります)

(0558) 62-2911