

やまぶき 293号

令和7年3月1日 発行
横浜市六浦地域ケアプラザ
横浜市金沢区六浦5-20-2

がお〜っ

「鬼と一緒に
「はい！ポーズ」

←吉川鬼

↓萩原鬼

来る、2月1日と
2月3日に

鬼

が現れた！

豆を投げて邪気や魔物を追い払い、
新しい年に幸運を呼び込むために、
みんなで豆まきをして福を取り込んで、
1年間健康に過ごせるように、
力を合わせて4人の鬼を倒しましょう！

↑みんなで
鬼退治だ！

↑あれ、みんな怖
がっていないぞ…

↑小久保鬼

奥園鬼→

←↑鬼と一緒に
「はい！チーズ」

石井です。
私たちに
おまかせ
ください

地引です。
ご相談
お待ちしております

な
あ
く
た

おいせ

六浦地域ケアプラザには
居宅介護支援事業所があります

退院後の生活支援、介護保険制度の利用、生活環境の整備、
最後まで自分らしく過ごしたい、など
まずは、私たちケアマネージャーにご相談ください。
介護が必要になった時、その人がその人らしく
尊厳を持って生活できるよう
お手伝いさせていただきます。

連絡先

045-349-5141

水戸部です。
ぜひ、お手伝い
させていただきます



3月

月の献立表

月

火

水

木

金

土

1
ふいかげご飯
赤魚の粕漬
白和え
豚汁

おやつ:リンゴの
スコーン 

8
漬け物寿司
春雨サラダ
フルーツヨーグルト
きのこ汁

3
ひな祭り御膳


4
ちゃんぽん風うどん
大根サラダ
フルーツゼリー

5
五目菜飯
クラゲと豆腐のうま煮
フルーツ
根菜スープ

6

しろすご飯
肉じゃが
酢の物
味噌汁

7
米飯
鱈の甘酢あん
高野の卵とじ
味噌汁

おやつ:ひなあられ 

10
米飯
鱈のチリソース
シャキシャキサラダ
清汁

11
米飯
肉団子の甘酢あん
五目金平
味噌汁

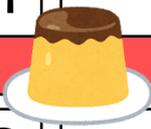
12
米飯
肉豆腐
キャベツのみぞれ和え
味噌汁

13

米飯
油淋鶏
高野の卵とじ
清汁

14
とろろそば
新玉葱サラダ
コーヒゼリー

15
ひじきご飯
千キン南蛮カツ
胡瓜の梅肉和
味噌汁

おやつ:イチゴプリン 

17
菜飯
千草焼き
春野菜の pasta サラダ
味噌汁

18
三色丼
春キャベツのコールスロー
フルーツ
赤だし汁

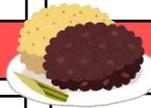
19
米飯
豚の柳川風
酢みそ和え
清汁

20
焼き鯖寿司
揚げ焼売
フルーツ
味噌汁

21
ヒシカツ丼
バンサンズー
フルーツ
なめこ赤だし

22

おかめうどん
フルーツ
コーヒゼリー

おやつ:ぼたもち 

24

米飯
ぶい大根
小松菜かにサラダ
味噌汁

25
米飯
肉詰め天ぷら
さつま芋の甘露煮
人参しいしり

26
米飯
鶏の竜田揚げ
刻み昆布と
竹輪の炒り煮
しろ菜の生姜和え

27
米飯
鱈の梅かつお焼き
大根とさつま揚げ煮物
うまい菜もやし和え
味噌汁

28
米飯
和風おろしハンバーグ
茄子と竹輪の煮物
青梗菜と揚げの和え物
味噌汁

29

親子丼
ぜんまい炒め煮
ほうれん草の和え物
味噌汁

おやつ:お誕生日会 

31
米飯
ソイの味噌マヨ焼き
じゃが芋のミルク煮
オクラの土佐和え
味噌汁

おやつ



メニューは都合により
予告なく変更となる場
合がありますので、ご
了承ください。

