

社会福祉法人  
伊賀市社会事業協会



# かしの ひろば

第 379 号

日に日に暖かさが増し、桜のつぼみもほころび始める季節となりました。  
天気の良い日には、ふらりと「春」を探しに散歩へ出かけてみてはいかがでしょうか？  
平素より皆様からいただく温かいご理解とご協力に心からの感謝を申し上げますと共に、今年度も職員一同、ご利用者の皆様の日常生活の支援、外出などの余暇的活動においてより一層サービスの質を向上できるよう努めてまいります。


## 「4月の予定」

4日(土)土曜日開所日(お花見散歩)

13日(月) 音楽療法♪藤森裕子先生♪  
♪宮島真理子先生♪

## 【今月のヘルパーレシピ】

### ～卵と小松菜の雑炊～




材料 (1人分)

- ・小松菜・・・30g
- ・卵・・・・・・1個
- ・ごはん・・・・茶わん1杯分

A

- ・だし・・・・・・3/4カップ
- ・しょうゆ・・・・小さじ1と1/2



作り方

- ① 小松菜の茎は小口切りに、葉はみじん切りにする。卵は割りほぐす。
- ② 耐熱容器に A を入れて混ぜ、ごはんを加える。小松菜を上にはらし、ふんわりとラップをかけ、600W の電子レンジで3分加熱する。
- ③ 全体を混ぜ、卵を回しいれる。
- ④ 再度ふんわりとラップをかけ、600W の電子レンジで20秒加熱すれば完成。

## 生活介護より

# 年間行事計画


本年度の生活介護のMy外出予定となります。  
昨年度と同じく2つまで選んで参加していただけます。  
後日申込用紙をお渡しさせていただきます。お楽しみに！



5月	ドライブ (余野公園)
6月	ランチ (ジョイフル)
7月	喫茶 (スターバックス)
8月	カラオケ (サンボウル)
9月	ランチ (回転寿司)
10月	ドライブ (阿山ふるさとの森公園)
11月	ランチ (伝丸ラーメン)
12月	喫茶 (港屋珈琲)
1月	ランチ (和食のさと)



## 理学療法士交代のお知らせ



4月から理学療法士の担当が豊田理学療法士から、以前担当しておりました福岡理学療法士に交代します。  
4月からのリハビリは当面の間、木曜日と金曜日の週に2回となります。  
今までよりも多くの方にご利用いただける体制を整えてまいります。今後とも、よろしくお願い致します。