

# いがらしさん家便り

平成26年 6月 1日  
 あいあい生き生きハウス  
 いがらしさん家  
 047(492)1236  
 六月号

いがらしさん家のお庭では、ツツジから間もなく紫陽花ハバトンタッチされようとしています。色とりどり、濃淡どんなきれいな花を咲かせてくれるのか今から楽しみです。  
 6月は虫歯予防の月です。先日見たテレビで歯医者さんが話していたのですが、食事の一番最後に固形チーズを食べると虫歯予防になるのだそうですよ。(T橋)



## 今月の行事

先月の「セクニック」では、ボランティアの方にもお手伝いいただき、青空の下あたたかいお弁当や色とりどりの花、絵手紙などの展示を楽しみました。皆さま、いがらしさん家に戻られてからも、「楽しかったね」と喜んでいらっせいました。

さて、今月は「歯科検診」です。6月4日(水)、5日(木)、7日(土)に、訪問歯科の医師に来ていただき皆さまの歯の健康チェックを行います。検診結果は後日お渡ししますが、事前にご相談等ある方はお知らせ下さい。

## 歯ブラシ交換のお願い

左記にもお知らせしていますが、今日は虫歯予防デーにちなんで歯の使用チェックがあります。この機会に、歯ブラシ、コップもチェックし、汚れ、傷みのある物は新しい物にお取り替えしませんか？

## 今月の昼食予定表

6月

※材料等の都合により、献立の一部変更もあります※

月浦津 6/2	火浦津 3	水伊藤 4	木大谷 5	金櫻井 6	土吉田 7
<ul style="list-style-type: none"> <li>牛皿</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>おたらの甘酢あんかけ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚のしょうが焼</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンのトマト煮</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>とりハンバーグ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭とキャベツのみそバター煮</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>
浦津 19	浦津 10	伊藤 11	大谷 12	吉田 13	吉田 14
<ul style="list-style-type: none"> <li>かじきのフライ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミートローフ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ビーフシチュー</li> <li>サラダ</li> <li>デザート</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>オムライス</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜のたっぷり甘酢炒め</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>カレーうどん</li> <li>和え物</li> <li>デザート</li> <li>おやつ</li> </ul>
浦津 16	浦津 17	伊藤 18	大谷 19	櫻井 20	伊藤 21
<ul style="list-style-type: none"> <li>あんかけオムレツ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>さばのカレー風味焼き</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エビと玉ねぎのケチャップ炒め</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉じゃが</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンピラフ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛丼</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>
浦津 23	浦津 24	伊藤 25	大谷 26	吉田 27	吉田 28
<ul style="list-style-type: none"> <li>豚のしょうが焼</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>厚揚げの中華炒め</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かじきの野菜あんかけ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭のさばり煮</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ハッシュドビーフ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>大豆とリーゼットのスープ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>
浦津 30	/	/	/	/	/
<ul style="list-style-type: none"> <li>五目どろぶ</li> <li>和え物</li> <li>汁物</li> <li>おやつ</li> </ul>					