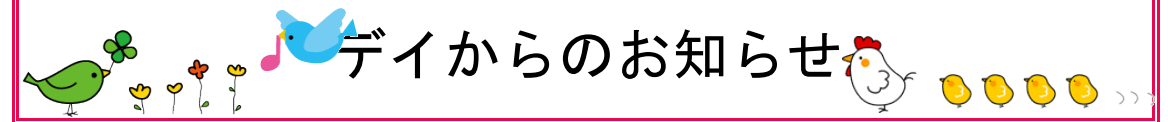


みどりー夢クラブ

第192回
7月号

日	月	火	水	木	金	土
1		健康体操は 料金は要りませんが 定員10名 申し込みが必要です。 	毎週土曜日 移動スーパー とくし丸 		1 シナプソロジー 	2
3	4 シナプソロジー 	5 チョークアート 	6 習字 	7 セタイイベント 	8 硬筆 	9 シナプソロジー 
10	11 シナプソロジー 歌の会 	12 俳句教室 	13 習字 	14 絵手紙 	15 硬筆 	16 シナプソロジー 
17	18 パステルアート 	19 シナプソロジー 押し花 	20 誕生日会 	21 類人猿 	22 小筆 	23 シナプソロジー 
24 31	25 シナプソロジー 	26 健康体操 	27 習字 	28 絵手紙 	29 硬筆 	30 シナプソロジー 

※赤文字の教室は別途材料費が必要となりますので、詳細についてはスタッフにお問い合わせ下さい。



皆様へのお知らせ

介護保険負担割合証が届いた方はデイに持って来て下さい

料理長の今日一品

皆様へ栄養の事や食材の調理方法などをご紹介します！

キュウリの漬物

デイの昼食で出したところ大きな反響を頂いた『きゅうりの漬物』
そのレシピをご紹介します！

材料(きゅうり1kgに対して)
砂糖 180g 塩 50g ねりわさび 40g



切ったキュウリを調味料を混ぜておいた袋に入れて揉み、1日置くだけ！



完成

ポイントはワサビや塩を入れているので1日置いたほうがまろやかになるので
皆さんも調理の際は1日冷蔵庫でおいてください！

来月の予定 月の誕生日会・・・8月17日(水)

HAPPY BIRTHDAY

お楽しみイベント・・・8月26日(金)



デイサービスセンター みどりー夢

住所: 岡山市南区新福二丁目9番29号 TEL(086)262-7771
FAX(086)262-7780