

# 3月号 アキールポスト



ちぎり絵で、ひな人形を製作しています。



再度、入選!! おめでとうございます!!  
去年皆さんと作った、梅の作品が雑誌に掲載されました。今回で2度目です。今年も素晴らしい作品を作って、入賞を目指します。

アキールからのお願い

ご自宅に眠っている、鯉のぼりはありませんか？  
もし、不要でしたらアキールに寄付してはいただけませんか？  
アキールの玄関に、たくさんの鯉のぼりを羽ばたかせたいです。  
是非、ご協力お願いいたします。



献立だより 平成 30年 3月



月	火	水	木	金	土
<b>3月29日(木) 昼食『のた芋』[宮崎県郷土料理]</b> 「ぬた芋」とも呼ばれ、ゆでた里芋に白和えの衣に似たものをまぶして作った料理です。小さな里芋も美味しく食べられるようにと作られたのが始まりです。 			1日	2日	3日
			ご飯 鶏肉のネギ焼き かぼちゃと糸昆布の煮物 白菜のあっさり和え 味噌汁	ご飯 赤魚の鳴門煮 チンゲン菜と豚肉の炒め物 キャベツとささみの和風香味ドレサラダ 味噌汁	ひし形寿司 筍とふきの煮物 茶碗蒸し 白桃缶
5日	6日	7日	8日	9日	10日
山菜きつねうどん ごぼうと豚肉の味噌煮 キャベツの土佐酢和え	ご飯 三色稲荷の炊き合わせ 白菜と豚肉の塩だしとろみ炒め 味噌汁 フルーツ	ご飯 とんかつ ひじきとかんぴょうの煮物 胡瓜とささみの甘酢和え 味噌汁	キーマカレー 福神漬け プロコリとツナのマヨサラダ ヨーグルト	ご飯 さけの照り焼き 高野豆腐のそぼろ煮 赤だし 白菜のレモン風味	ご飯 豚肉と玉ねぎの塩ダレ炒め かぼちゃの含め煮 キャベツとかまのパンパンドレサラダ 味噌汁
いちごのパウンドケーキ	みたらし団子	きなこシフォン カップケーキ	酒まんじゅう	カルシウムせんべい	豆乳花(トールア)
12日	13日	14日	15日	16日	17日
ご飯 鶏の唐揚げ 大豆煮 いんげんとハムのフレンチドレサラダ 味噌汁	ご飯 白身魚のグリル(ねぎ塩ダレ) 切干大根と鶏肉の煮物 菜の花の辛子和え 味噌汁	ご飯 クリームシチュー プロコリとコーンのアイランドドレサラダ フルーツ(桃缶) 野沢菜漬け	ご飯 豚肉の味噌マヨ炒め 卵豆腐 すまし汁 白菜の浅漬け	ご飯 たらげの揚げたし 大根と豚肉の煮物 赤だし フルーツ	ご飯 鶏肉の豆鼓蒸し しろなとちくわの炒め煮 マカニサラダ 味噌汁
ふんわり名人	サンドケーキ	ミルクプリン	バウムクーヘン	やわらか餅のよもぎソースかけ	黒糖まんじゅう
19日	20日	21日	22日	23日	24日
ご飯 チンジャオロース しろなと人参のわさび醤油和え 味噌汁 杏仁豆腐	五目そば 大根と豚肉の塩煮 もやしとツナの柚子ドレサラダ	ご飯 ホキのムニエル 鶏肉と絹揚げの煮物 白菜とちくわの香味ダレ和え 味噌汁	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ キャベツとかまの コチジャンドレサラダ 味噌汁 マンゴー缶	チキンカレー 福神漬け プロコリとツナのアイランドドレサラダ ヨーグルト	ご飯 さわらの焼き浸し 里芋と鶏肉の煮物 胡瓜とちくわの ごま酢和え 味噌汁
ぼたぼた焼き	キャラメルパウンドケーキ	ぼたもち	ミルクまんじゅう	いちごミルクプリン	動物ホットケーキ
26日	27日	28日	29日	30日	31日
ご飯 ハバーグステーキ 白菜と絹揚げの煮浸し 味噌汁 フルーツ	鶏そぼろと卵の二色丼 筍とちくわの炒り煮 菜の花のピナツ和え 味噌汁	ご飯 かぼちゃコロケ エビフライ 大根としいたけの煮物 味噌汁 フルーツ	ご飯 さんまのさっぱり煮 のた芋 【宮崎県郷土料理】 小松菜とかまぼこの和え物 すまし汁 桜ゼリー	ご飯 肉豆腐 キャベツとしめじの炒め物 味噌汁 マンゴー缶	ご飯 鶏肉のやわらか煮 卵の花 白菜と平天の梅和え 味噌汁
紅茶サンドケーキ	おしるこ	ココアシフォンカップケーキ		クリームコンフェ	ミルクまんじゅう

**3月3日(土) 昼食『ひな祭り』**

ひな祭りは女の子の健やかな成長を祈る行事として古くから伝わっています。  
お雛様には菱餅が供えられていますね。菱餅の緑には長寿や健康、白には清浄、ピンクには魔除けの意味があるそうです。  
皆様には彩り良いお寿司をご用意させて頂きましたので、一緒に春の訪れを喜びましょう。







# 2018年 平昌オリンピック

日差しはだいぶ春めいて、吹く風も暖かく感じるようになりましたが、朝夕はまだ厳しい寒さが続いていますね。

この冬はインフルエンザが大流行しましたね。患者数は調査開始以来、過去最多となったそうです。ピークは過ぎたようですが、油断していると風邪などの感染症にかかることがあります。流行の時期だけでなく1年を通して手洗い・うがい等を行い元気に過ごしたいですね。

そして今年には平昌で冬季オリンピックが開催されました。テレビで連日映像が流れ、フィギアスケートの羽生選手の金メダルや宇野選手の銀メダル、素晴らしかったですね。その他沢山の日本人選手が活躍し感動を与えてくれました。2年後には東京でオリンピックが開催されます。選手の皆さんの活躍、今から楽しみですね(笑)



(記事 武田)



## 職員紹介

新しい職員が入りました  
一月から五十嵐さん、二月から村越さんとお二人入職しました。

五十嵐美穂(三二歳)  
〈趣味〉山登り  
〈特技〉車の運転  
〈血液型〉A型  
〈星座〉やぎ座  
〈出身地〉我孫子市  
〈皆さんに一言〉  
若さ全開、体力には自信があります!! 楽しい時間を一緒に過ごしていきたいです。



村越弘典(四八歳)  
〈趣味〉ドライブ  
〈特技〉パーククラフト  
〈血液型〉A型  
〈星座〉おひつじ座  
〈出身地〉我孫子市  
〈皆さんに一言〉  
少し人見知りなところがあります、皆さんとお話することをよろしくお願いします。



## 皆勤賞

- |       |        |
|-------|--------|
| 浅井幸子様 | 角田ヨミ子様 |
| 稲垣容子様 | 首藤敏江様  |
| 金子秀夫様 | 須藤喜代子様 |
| 川村光幸様 | 高山春子様  |
| 近藤一歳様 | 花田勇造様  |
| 齋藤藤男様 | 増田 絢子様 |
| 時耕憲子様 | 村田悦子様  |

- |       |        |
|-------|--------|
| 首藤敏江様 | 石島スエノ様 |
| 花田勇造様 | 小林富士子様 |
| 高山春子様 | 山本万二様  |
| 原 恵子様 |        |

## HAPPY BIRTHDAY

### 3月の予定

- |     |        |
|-----|--------|
| 七日  | 元気会    |
| 十四日 | 十六日    |
| 二六日 | クレープ作り |
| 二八日 | カラオケ   |

### お花見のお知らせ

4月上旬、お花見の計画を立てています。今年の冬は寒かったので、昨年より開花が少し遅れるかもしれませんが、満開の桜を見る日が待ち遠しいです。今月中に手紙を配布します。参加の有無の記入をお願いします。




〈お詫び〉  
今月、苺狩りの予定をくんでいましたが、今年が不作の為、3月は中止となりまして(涙)楽しみになさっていただいたと思いますが、申し訳ございません。

