



献立表



月	火	水	木	金
8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日
☆アジのネギソー 掛汁 ☆ごはん・味噌汁 ☆添え物 ☆漬物 ☆デザート	☆鶏ちゃんこ ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート	☆鯖の味噌煮 ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート	☆鶏肉の南蛮漬け ☆ごはん・スープ ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート	☆鶏肉と豆のトマト煮 ☆ごはん・スープ ☆サラダ ☆お浸し ☆デザート
8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日
☆豚しゃぶおろしだし ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆煮物 ☆デザート	山の日	☆八宝菜 ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆漬物 ☆デザート	☆鮭の甘辛煮 ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート	☆鶏とキャベツのオイスター ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート
8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日
☆ポークビーンズ ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆漬物 ☆デザート	☆トラウド焼魚 ☆ごはん・味噌汁 ☆和え物 ☆煮物 ☆デザート	☆鶏モモ肉のみぞれ煮 ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート	☆豚肉ときこのソース ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆揚げ物 ☆デザート	☆チキンクリーム シチュー ☆パン ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート
8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日
☆麻婆茄子 ☆ごはん・味噌汁 ☆炒め物 ☆和え物 ☆デザート	☆ポークチャップ ☆ごはん・スープ ☆サラダ ☆和え物 ☆デザート	☆シーフードカレー ☆ごはん・スープ ☆サラダ ☆福神漬 ☆デザート	☆白身魚フライタルタル ☆ごはん・味噌汁 ☆和え物 ☆煮物 ☆デザート	☆肉団子の酢豚風 ☆ごはん・味噌汁 ☆和え物 ☆お浸し ☆デザート
8月31日				
☆回鍋肉 ☆ごはん・味噌汁 ☆サラダ ☆煮物 ☆デザート				



◇申し込み・キャンセルは、当日の朝10時30分までをお願いします。
 ◇メニューについては都合により変更になることがありますので、
 あらかじめご了承ください。



黒字は「あしすと」の行事です。



8月予定表



青字は「ファフリカ」のプログラムです。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
		カードゲーム				
9	10	11	12	13	14	15
		山の日		DVD鑑賞会		
16	17	18	19	20	21	22
	バッティング					
23 /30	24 /31	25	26	27	28	29
				食べ放題ランチ	共有するために (ファフリカ プログラム)	

行事、プログラム内容は変更になる場合もあります。詳細はお気軽にお問い合わせください。

「あしと」の行事 あしとTel(0166)27-7571

熱中症に注意！

暑さを避けて涼しく過ごそう！早めの休憩で、熱中症を防ぎましょう！



ごまめに水分補給！

HPも要チェック！



カードゲーム (10:30頃から1時間程度)

皆でおしゃべりしながらカードゲームをしましょう！



バッティング (10:40頃～11:30頃、実費負担あり)

永山バッティングセンターに行きます！
80～130km/hのボールを打ち込もう！
(1回200円18球)

※定員5名。
※申込みは8/12(水)まで。



DVD鑑賞会 (13:00頃から2時間程度)

会議室にて、DVD鑑賞会を行います。
上映作品は、
「あの花が咲く丘で、君とまた出会えたら。」
です！

※申込みは8/6(木)まで。

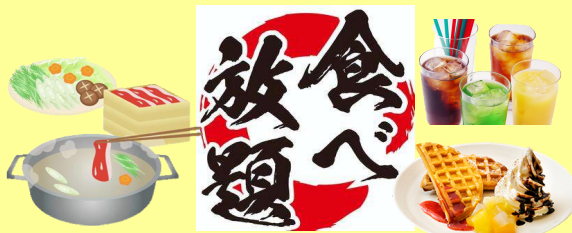


食べ放題ランチ (10:40頃出発～12:50頃戻り、実費)

しゃぶ葉で食べ放題ランチしませんか？
11:00～食べ飲み放題です。(ソフトドリンク込み)

- 詳細はホワイトボードにてご案内します。
- あしとで事前に集金します。

- 申込&キャンセルは8/20(木)まで。
- 定員20名まで。



※定員がある行事への申込みは、定員を上回った場合、抽選で参加者を決定いたします。
詳しくはスタッフまでお問合せください。

「ファフリカ」のプログラム

ファフリカTel(0166)74-3270

～共有できるような伝え方って？～
皆様は、「好きなもの」や「推し」、「趣味」はありますか？
伝えることで興味を持ってもらったり、話題を共有できると、とても嬉しいですね。反対に、想いが先走ってしまうことで、うまく伝わらない事もあると思います。そこで今回は、【共有するための会話の進め方】を練習してみませんか？

「障害者手帳」「自立支援医療受給者証」が更新した際は、ご持参の上、スタッフにお知らせください。