





11

2026 Nov.



Instagram
始めました!!

活動内容や
お食事などを
ご紹介します♪

スマートフォン
からはQRコードで
アクセス!!



**ご昼食の料金
について**

★の日は
特別食料金
となります。

愛全会 検索

このプログラムは
ホームページから
ダウンロードできます。



月

2 阪神タイガース記念日

サクッと美味しい
天婦羅盛合わせ

ラダートレーニング
からだイキイキレク
ホワイトボードレク
お役立ちクラブ・手芸クラブ

9 119番の日

旨味たっぷり
きのこの和風パスタ

ミニハードル・テーブルゲーム
からだイキイキレク
ホワイトボードレク
手芸クラブ

16 いい色の日

ガーデン自慢の
ポークカレー

スラックレール・テーブルゲーム
からだイキイキレク
ホワイトボードレク
手芸クラブ

23 勤労感謝の日

野菜と味噌ダレが美味
ほっけのチャンチャン焼き

ラダートレーニング
からだイキイキレク
ホワイトボードレク
テーブルゲーム・手芸クラブ

30 本みりんの日

ご飯が進む!
回鍋肉

からだイキイキレク
ホワイトボードレク
手芸クラブ
みんなでクッキング

火

3 文化の日

餃子とセット
塩ラーメン

ラダートレーニング
からだイキイキレク
お役立ちクラブ
手芸クラブ

10 いいトイレの日

サクサク食感
ミックスフライ

ミニハードル
からだイキイキレク
テーブルゲーム
手芸クラブ

17 将棋の日

ピアノ演奏と愉しむ♪
ロッキーランチ

**ロッキー先生
音楽健康塾♪**

24 和食の日

冬の始めりに食べたい
南瓜のシチュー

ラダートレーニング
からだイキイキレク
脳トレクラブ
手芸クラブ

5日(木)

**カツオ
解体ショー**
初の試み



水

4 いい推しの日

料理長の愛情たっぷり♡
霜月の膳

ラダートレーニング
からだイキイキレク
お役立ちクラブ
手芸クラブ

11 ポッキーの日

和食の定番
鯖の梅味噌煮

ミニハードル
からだイキイキレク
テーブルゲーム
手芸クラブ

18 土曜の日

セレクトメニュー

どちらを選ぶ?
味噌orソース かつ丼

スラックレール
からだイキイキレク
脳トレクラブ
手芸クラブ

25 いい笑顔の日

揚げの甘みが絶妙
きつねうどん

ラダートレーニング
からだイキイキレク
脳トレクラブ
手芸クラブ

木

5 いい孫の日

解体ショーお楽しみに!
カツオのたたき

ラダートレーニング
からだイキイキレク
お役立ちクラブ
手芸クラブ

12 洋服記念日

ふんわり卵と餡が絶品
天津飯

ミニハードル
からだイキイキレク
テーブルゲーム
手芸クラブ

19 世界トイレの日

愛彩健美

免疫力アップ
鮭の塩麹焼き

勤労大感謝祭

26 いい風呂の日

侘び寂び茶道

ふわたま、濃厚ミート
ミートソースオムライス

ラダートレーニング
からだイキイキレク
脳トレクラブ
手芸クラブ

18日(水) セレクトメニュー

味噌カツ丼 VS **ソースカツ丼**



金

6 立冬

スパイス香る
ドライカレー温玉添え

ラダートレーニング
からだイキイキレク
ホワイトボードレク
お役立ちクラブ・手芸クラブ

13 いいひざの日

ほっくほく〜♡
北あかりグラタン

ミニハードル
からだイキイキレク
テーブルゲーム
手芸クラブ

20 毛布の日

具材がたっぷり
五目そば

スラックレール
からだイキイキレク
テーブルゲーム
手芸クラブ

27 ノーベル賞制定記念日

Happy Birthday ♪

誕生日会ランチ

**笑顔はじける!!
カラオケ友の会**



管理栄養士監修のもと
自立支援を目的に
電子レンジだけで
簡単に料理ができるレシピを
紹介しています。



私たちの過ごし方

**REHA
STYLES**

健康寿命の延伸、すなわち

「運動、栄養、社会参加」

これらを楽しく行います。

Let's enjoy your LIFE !



*Smile
at the memory*

