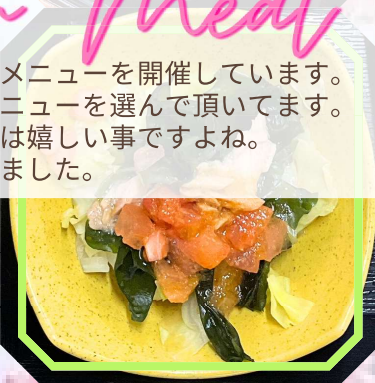
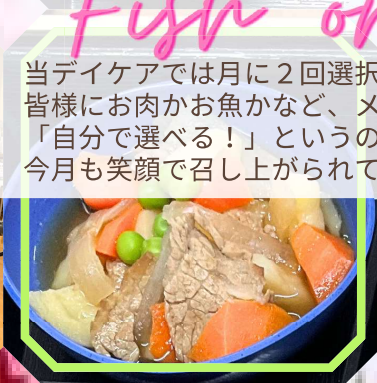


エスポワール成田 デイケアNEWS

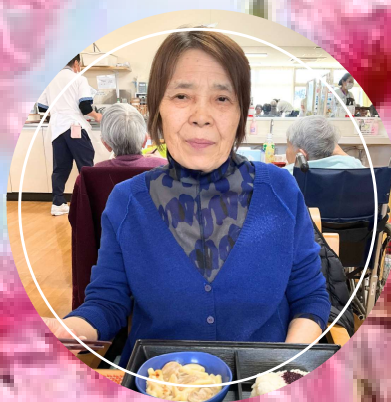
【3月号】



今月の選択食

Fish or Meat

当デイケアでは月に2回選択メニューを開催しています。
皆様にお肉かお魚かなど、メニューを選んで頂いてます。
「自分で選べる!」というのは嬉しい事ですね。
今月も笑顔で召し上がられてました。



3月選択メニュー

- 3/15 (金)
A:きつねうどん
B:豚骨ラーメン
- 3/30 (土)
A:赤魚の揚げ煮
B:鶏唐揚げネギソース

INFORMATION

■Instagram (インスタグラム) を行ってます!
毎月の行事や、パン販売などの移動販売等々、情報が盛り
だくさん!!是非、ご登録、フォローお願いします♪

【Instagram】



Instagram

■当施設ホームページも是非ご覧ください♪

【HP】



■デイケアに、新しいリハビリ機器 (パワープレート) を
導入! デイケア、体験利用 (無料) 随時受け付けています!
■大好評・訪問リハビリの利用も受け付けています!

パワープレート10~15分のワークアウトで、
ジムでの1時間分と同じ運動効果が期待できます。

最先端加振トレーニング
パワープレート

・ダイエット効果 ・美容効果 ・運動機能の向上 ・骨密度増加 ・健康増進	・筋力アップ ・ケガの早期回復 ・血液循環、リンパ液改善 ・基礎代謝アップ ・柔軟性アップ	・ストレス解消 ・冷え症・むくみ解消 ・肩こり・慢性腰痛解消 ・内臓脂肪減少、脂肪肝改善効果
--	---	---

2月のイベント

バレンタイン

ケーキバイキング

ケーキ選びましょう

3月3日は桃の節句。春の息吹もすぐそこまで来てますね。



ケーキバイキング

2月はバレンタインで、ケーキ、ゼリー、プリン、桜餅など6種類の中から選んでお召し上がり頂きました。お代わりも沢山して頂きました。皆様、素敵な笑顔で楽しい時間を過ごして下さいました。

次回3月のイベント

地域の皆様へ
キッチンカーで美味しいお食事を！

エスポワール成田 マルシェ

2024年3月27日(水)
午前11時～午後3時(注文受付)
エスポワール成田 駐車場

【出店情報】
LA COTTA
石窯で焼き上げるバリもち生地の自家製PIZZAが自慢です！お持ち帰りもぜひ！

【出店情報】
かまど焼きいも
おだやかのむこう
焼き芋中心に穏やかなひとときを堪能していただけるメニューをご用意します！

駐車場
エスポワール成田 駐車場
おたのしみ
エスポワール成田
〒286-0844
成田市宝田360-1
TEL 0476-29-4601

ハーバリウム作成

【日程】 3.5 (火)
3.13 (水)

エスポワール成田 デイケア

【ハーバリウム作成】
のお知らせ

お好きな花を選んで頂き、専用のオイルと共に瓶に入れ、飾りましょう。選んだ花の色で雰囲気の違った瓶になります