

エスPOWER成田 デイケアNEWS

【5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よね。
今月も笑顔で召し上がられてました。

5月選択メニュー

●5/9(金)

A:梅しそ鶏竜田

B:梅しそ鰯竜田

●5/19(月)

A:豆乳ちゃんぽん

B:チャーハン

(チャーシューと卵)

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】



■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。

最先端加振度トレーニング
POWER PLATE
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、脂肪燃焼改善効果
--	---	--

4月のイベント



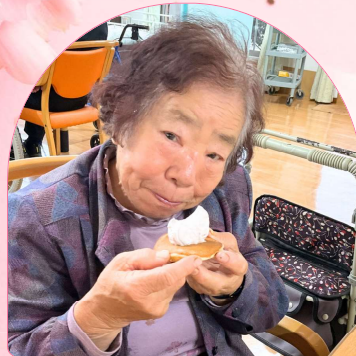
どら焼き



桜もちと桜茶



どうぞ召し上がれ



5月は祝日が多く、
端午の節句でかしわ餅を
食べたり、母の日には
感謝をしたり、楽しみが
多い月ですね



手作りどら焼き

どら焼きの生地を手作りし、皆様にあんこホイップクリームを挟んで頂き、軽く手でぎゅっと押し、どら焼きの完成！ご自身で作ったどら焼きの味は格別でした！

次回5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

2025年5月28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】

プチ★ポノール

美味しいから揚げチャーシュー(丼あり)、ふりふりポテト(18種類)等をご用意しております。

【出店情報】

お茶カフェ 大川園

お茶屋のキッチンカーがお茶、抹茶スイーツを販売します。



ほっと一息つける場所

— 手作りのかしわ餅をお楽しみに —

おやつ時間帯

デイケア : 5月14日(水)

3Fフロア : 5月 8日(木)

2Fフロア : 5月21日(水)

エスポワール成田

【特製 手作りかしわ餅】のお知らせ

5月は端午の節句にあわせ、かしわ餅を手作り致します。皆様にもあんこを挟んでお召し上がりいただきます