

3 月 行 事 予 定

今年も鬼が来た

- 1 (水)
- 2 (木)
- 3 (金) ひな祭り
- 4 (土)
- 5 (日)
- 6 (月) 啓蟄 誕生会
- 7 (火) 誕生会
- 8 (水) 誕生会
- 9 (木)
- 10 (金)
- 11 (土)
- 12 (日)
- 13 (月) おやつ作り
- 14 (火) おやつ作り
- 15 (水) おやつ作り
- 16 (木)
- 17 (金)
- 18 (土) 彼岸の入り
- 19 (日)
- 20 (月)
- 21 (火) 春分の日
- 22 (水)
- 23 (木)
- 24 (金)
- 25 (土)
- 26 (日)
- 27 (月)
- 28 (火)
- 29 (水)
- 30 (木)
- 31 (金)



☆ 今月のひと品 ☆

「めかぶ」は「アルギン酸」を含み胃腸の調子を整えコレステロールや血糖値の上昇を抑える効果がある優等食材です。



御家族の皆様へ

「弥生三月」は暦の上では春ですが、今年の冬は積雪が多く、津軽に春が来るのはもう少しかかりそうです。

コロナウイルスの感染状況は改善してきており、3月13日からは個人の判断にはなりますが、マスクが解禁となり以前の生活に近づけるようになるのではないのでしょうか。又、インフルエンザはまだまだ心配な時期が続きます。引き続き手洗いやうがい等感染予防に努めましょう。



2月3日(金)は「節分」。例年であれば鬼達も勇ましく登場するのですが...

コロナ禍の影響で声も出せず豆を当てられる事もなく皆さんと一緒に写真に納まりおとなしく帰って行きました。

「年の分だけ食べればいいんだって」との声に「固くてそんなに食べられないな」と笑顔が溢れていました。来年こそは鬼をめがけて豆まき 出来ればいいですね。

おやつ作り



2月のおやつは正月に作った餅で「餅ピザ」に挑戦してみました。

皆さん「餅にケチャップとチーズ？」と不安げでしたが、食し「餅だばあんことか胡麻でないと合わないと思ってたけど、意外に美味しいもんだなあ〜、家でも作れるな」と好評でした。

さて来月は何を作りましょうか？

行事の様子等ホームページに載せておりますので是非御覧ください。

URL <http://ryokufu.or.jp>

緑青園

検索

