

4 月 行 事 予 定

笑顔の誕生会

- 1 (土)
- 2 (日)
- 3 (月)
- 4 (火)
- 5 (水) 清明
- 6 (木)
- 7 (金)
- 8 (土)
- 9 (日)
- 10 (月) おやつ作り
- 11 (火) おやつ作り
- 12 (水) おやつ作り
- 13 (木)
- 14 (金)
- 15 (土)
- 16 (日)
- 17 (月) 桜見物
- 18 (火) 桜見物
- 19 (水)
- 20 (木) 穀雨
- 21 (金)
- 22 (土)
- 23 (日)
- 24 (月)
- 25 (火)
- 26 (水)
- 27 (木)
- 28 (金)
- 29 (土) 昭和の日
- 30 (日)



☆ 今月のひと品 ☆

「豚肉のアスパラ巻き」にはルチンやアスパラギン酸があり疲労回復精神の安定老化防止等に役立つ食材です。



御家族の皆様へ

今年例年に無い寒さと豪雪が続きましたが、3月に入り多かった雪も解け、春らしい空気が感じられるようになりました。桜は昨年と同様の開花予想であり、ますます春らしくなっていってでしょう。窓を開け心地の良い風を室内に入れたり、春の陽気を楽しみながら散歩や外出の機会を作ってみてはいかがでしょうか？



3月6～8日の3日間にわたり「12・1・2・3月期誕生会」を開催しました。

9名の方が誕生を迎え、最高齢は95歳の笹村様です。来所時は運動や脳トレに集中し、元気一杯に過ごしています。

職員の踊りには大笑いし、〇×クイズでは一喜一憂と終始笑顔が溢れていました。

来年もまた同じ顔ぶれで祝いたいものですね。

負けてないでしょ



3月3日(金)「桃の節句」に先駆けて雛壇飾りを行いました。皆さん手慣れた様子で「やっぱりいいねお雛様。いつ見ても飽きないね」と丁寧に飾りつけを終えたところで記念撮影。

「上手に撮れるかなあ～」の声に「元が良いから大丈夫」と笑いが溢れていました。

くしくも女性だけが集まった日の一コマでした。

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>

