

2月行事予定

餅つき会

- 1 (木)
- 2 (金)
- 3 (土) 節分
- 4 (日)
- 5 (月)
- 6 (火)
- 7 (水)
- 8 (木)
- 9 (金)
- 10 (土)
- 11 (日) 建国記念日
- 12 (月)
- 13 (火)
- 14 (水) 聖バレンタインデー
- 15 (木)
- 16 (金)
- 17 (土) 介護者教室
- 18 (日)
- 19 (月) 雨水 おやつ作り
- 20 (火) おやつ作り
- 21 (水) おやつ作り
- 22 (木)
- 23 (金) 天皇誕生日
- 24 (土)
- 25 (日)
- 26 (月)
- 27 (火)
- 28 (水)
- 29 (木)



12/21(木) 快晴の中「寿逢餅つき会」を行いました。「よしよ、よしよ」の掛け声に後押しされふっくらと柔らかな餅がつきあがりました。

つきあがった餅は利用者様達が手慣れた様子で丸め、大福やお汁粉にして頂き「やっぱり白でつく餅は違う、美味しいなあ〜」と話され笑顔が溢れていました。

福笑い



1/3(水)~5(金)にかけて正月遊びの「福笑い」を行いました。

作る人と教える人2人1組になり「これは右目なあ次は鼻〜、もっと上だあ〜」と作りあげていき言葉だけで伝えるのは中々難しく、出来上がった顔を見て「わい、どんだば〜この顔よ〜」と皆さん大笑い。「あ〜正月から笑った、今年だば良い年になりそうだじゃ」と話されていました。

☆ 今月のひと品 ☆

「林檎甘煮」林檎を加熱する事で成分のポリフェノールが9倍・ペクチンが6倍になり抗酸化作用アップや腸内環境に役立つ一品です。



御家族の皆様へ

2月といえば「節分」です。節分は奈良時代に始まり、「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という意味を込めて、悪いものを追い出す日とされています。2024年の恵方(方角)は 東北東やや東です。豆まきと一緒に世界中の邪気(疫病)を払いたいものですね。

立春を迎え、暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日は続きます。元気に春を迎えられるよう体調を整えましょう。

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>

