

3月行事予定

- 1 (金)
- 2 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 3 (日)
- 4 (月) ガール美容室
- 5 (火) 啓蟄
- 6 (水)
- 7 (木)
- 8 (金) 元気アップ体操
- 9 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 10 (日)
- 11 (月)
- 12 (火)
- 13 (水)
- 14 (木)
- 15 (金)
- 16 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 17 (日)
- 18 (月)
- 19 (火) 元気アップ体操
- 20 (水) 春分の日
- 21 (木)
- 22 (金)
- 23 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 24 (日)
- 25 (月)
- 26 (火)
- 27 (水)
- 28 (木)
- 29 (金)
- 30 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 31 (日)



今月のほりこしの一品
【柿なます】

大根・人参・干し柿を合わせ酢にまぜたシンプルな料理であるが便秘解消・デトックス・血圧を下げる効果や中性脂肪減少や疲労回復、ダイエットなどが期待できます。

御家族の皆様へ

今年は例年に無い暖冬で積雪も少なく、春の訪れも早まりそうです。青森県内の桜の開花も4/18前後と予想され、例年より数日早まりそうな状況です。

暖冬ではありますが、夜は冷え込むことが多く寒暖差は大きいです。コロナウィルスやインフルエンザの感染者が増加していますので、手洗い・うがい等基本的な感染症対策をしっかりと行い、春を迎えましょう。

★ゲーム大会★



1月16.17.18日、ほりこしデイサービスセンター人気の行事、「ゲーム大会」を開催しました。準備体操をした後は、紅組・白組対抗でサイコロやボールを使ったゲームを行いました。
「見てみると簡単そうだけど、なかなかうまく行かないな!」と、皆様奮闘していました。熱のこもった応援やたくさんの方の笑い声が聞かれ、思い思いに楽しんでいただ

レストラン里

グループホーム太陽の里



1月20日、レストラン里を開催しました。今回は大人のためのお子様ランチを提供し、シーフードピラフ・エビフライ・ウインナー・パスタを盛り付けた一皿を楽しんでいただきました。子供や孫と外食をしたことを思い出したようでした。

デザートはイチゴフルーチェは利用者様が手際良くイチゴを切り、盛り付けを行いました。

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 <https://ryokufu.or.jp>

緑青園

検索

