

桃の節句、3月になりました。今年は何年にもなく、雪が降る日が多く、冬らしい2月でしたね。そのせいか、暖かい春が来るのがとても楽しみです。この寒い2月にもかかわらず、体調不良を訴えるご利用者様はそれほど多くありませんでした。日頃の健康管理に気を配っていただいた賜物だと思います。これから桜の咲く時期まで、まだまだ寒い日もあるでしょうが、引き続き体調管理に万全を期していただきたいと思います。

さて皆さん、バンクーバーオリンピックはご覧になりましたか。あさがおデイケアでも、フィギュアスケートの応援など、ご利用者様も職員も一緒に応援しておりました。惜しくもメダルに届かなかった選手、銀メダルに終わった選手など、精一杯闘っている姿に、見ている側も感動し、また楽しませてくれました。次のオリンピックでは、どんな選手が登場するのでしょうか。4年後のソチオリンピックがとても楽しみです。がんばれニッポン！！

2月のアルバム

23日(火)から27日(土)まで、たこ焼きパーティーをいたしました。

各テーブルでたこ焼き器に生地を流し込み、くるりくるり！と回転させて、まあるいたこ焼きが完成！ とても美味しかったですね。



さあ、どんどん食べてくださいーい！！



25日にボランティアによるハーモニカ演奏がありました。ハーモニカの音が懐かしく、心にしみわたってきました。



あさがお 今月のイベント

23日(火)から27日(土)にかけて、春のお花見ドライブをしたいと思います。お帰りのバスの車窓から、お花見スポットの桜を愛でて、春の到来を感じていただきます。

29日(月)は坂東流日本舞踊と手話ダンスのボランティアさんが見えます。美しい着物姿での日本舞踊と、歌に合わせた手話ダンス。どちらもとても楽しいですよ。簡単な手話ダンスは覚えられますので、ぜひご参加ください。

栄養科より 旬の野菜情報！ 3月 <ブロッコリー>

キャベツの変種でカリフラワーと同種の野菜です。レモンの2倍のビタミンCを含み、皮膚や粘膜を保護するカロチンやビタミンAも豊富に含んでいますので、美肌効果が期待できます。サラダやお浸し、グラタンなどいろいろな食べ方で旬の時期を楽しんでみてください。

※今月の郷土料理・・・3/23(火) 茶粥(奈良)