

【社会福祉法人 正恵会】

ホームタウン宝木たより～たからの芽「88号」 ～令和7年3月21日～

三寒四温の言葉通り、寒さと温かさが入り混じる毎日です。桜の便りが待ち遠しいですね。

春の訪れを告げる山菜の一つである「たらの芽」は山菜の王様と呼ばれ、むくみや高血圧予防に良いとされています。また「ふきのとう」の苦味は咳や痰を和らげる効果があるそうです。栄養たっぷりの山菜を食べてみてはいかがでしょうか。

施設では皆さんそれぞれの楽しみ方で過ごされています。暖かいときには外出を増やし日常生活を楽しんでいただきたいと思います。ご家族様におかれましても体調に留意されお過ごしください。



1、2月誕生日の利用者様



1月2日 (92歳)



2月26日 (94歳)



2月20日 (89歳)



新年会

1月20日 新年会を行いました。3時のおやつには日光の銘菓『鬼平の水ようかん』を召し上がり「美味しい！もっとちょうだい」と大人気でした。夕食はノンアルコールやジュースで乾杯『マグロ・サーモン・タイ』のお刺身定食で舌鼓を打っていました。(生魚苦手な利用者様にはカツ煮定食を提供しました。)



日常の風景

ゲームや読書、料理のお手伝い等、個々にあった取り組みを行っています。寒い日が多いので室内で過ごすことが多いですが、皆さん元気いっぱいです(^^)



節分

2月2日 無病息災を願いながら豆まきを行いました。登場した赤鬼・青鬼に「鬼は外～福は内～」と元気いっぱい豆をまいていました。午後は恵方巻作りに挑戦！皆さん真剣に取り組まれ、大きな恵方巻ができました。やっぱり手作りは格別で、皆さんペロリと平らげていました😊



ひな祭り

3月3日 ひな祭りを楽しみました。おやつには桜餅、夕食にはちらし寿司を召し上がっていただきました。満面の笑みで皆さん大満足の様子でした。



編集後記

<行事予定>

4月 お花見

5月 宝木グルメ会

まだ寒い日が続きますが桃の節句も過ぎていよいよ春到来です。季節の変わり目、体調を崩さないよう健康管理には十分気を付けてまいりたいと思います。

皆様のご意見、ご感想をお待ちしております。
【発行】社会福祉法人正恵会ホームタウン宝木
【住所】320-0061 宇都宮市宝木町 2丁目 2563-31
【電話】028-623-1485
【mail】takaragi@seikeikai.jp



←宝木のホームページのQRコード作成しました。ブログご覧ください。

