

# 笑心の郷 だより

令和5年5月号

〒707-0421  
美作市川上30-1

多機能型介護ホームえーる  
TEL78-0555

多機能型介護ホームはーと  
TEL78-0558

基本理念：あなたの笑顔と夢を わたしの笑顔と夢で 心を込めて応援します



冬の寒さも和らぎ、気温も暖かくなる日が  
増え、過ごしやすい季節となりました。はー  
との周りでも様々な花が咲き誇っています。  
はーとでは、四月の四日と六日にお花見ド  
ライブに行ってきました。新型コロナウイル  
スの影響で外出自粛だった事も約三年ぶ  
りの外出です。久しぶりの外出に皆さんとて  
も楽しみにしておられました。外出する前  
にも楽しみだと皆さん口々に話をされていま  
した。お花見に行った二日とも、雨が降ること  
なく良いお天気に恵まれました。  
目的は、東粟倉のコスモス苑  
です。出発してからの道中も  
車窓から桜やスイセン、木蓮  
などの春の様々な花が咲いて  
いるのを見ることができ、皆  
さんの表情も明るく会話が途  
切れることなく、楽しまれてい  
る様子でした。



はーと

えーる



えーるでは、4月の行事としてお花見  
をかねてのドライブを行わせて頂きました。  
お天気もとても良く、道中でも窓から  
景色が良く見え、車内で利用者の方から  
「あんな山の上の方にも桜が咲いとる。どうやって咲かせとんだろ  
う。」などのお声が聞こえたり、「どこに行くん？」と少し不安もあり  
ながらもワクワクされている利用者の方もいらっしゃいました。作東バ  
レンタインに到着し、車内からの観賞でしたが、桜のトンネルの下を通  
過しながら満開の桜を見られて「キレイじゃなあ」「すごいなあ」と喜  
ばれる声も聞こえました。

第2日目は、連日雨が続き桜が散ってしま  
っている所が多く心配していましたが、西粟  
倉村大茅では桜が咲いているとの事で、そち  
らに行かせて頂きました。大茅に到着すると  
たくさん桜が咲いていて、利用者の方からも  
「見事なもんじゃあ、まだ桜が残ったんじゃなあ」とおっしゃられ  
ていました。地面がぬかるんでいて足元が悪かったですが、車から降り  
られて近くに行くことが出来、笑顔も見られました。帰り道の途中で大  
原駅に立ち寄り、芝桜も観賞して頂くことが出  
来て、初めて観られる利用者の方もいっしょ  
り、色とりどりの芝桜を観られ「キレイじゃな  
あ」「こんなの知らなかったわあ」と喜ばれて  
いらっしゃいました。



デイサービスが終わり、ご自宅に送らせて頂  
いた際に利用者の方から「今日は良かった。え  
えもん観させてもらった。」とお言葉を頂き、  
皆さんに喜んで頂けて嬉しく思いました。これ  
からも利用者の皆さんに喜んで頂き、笑顔で過ごされる様にお手伝いを  
させて頂きたいと思ひます。



たけのこの切り口  
に見られる白い粉が  
チロシンで、洗い流  
さず食べられます。  
たけのこがたっぷり  
入ったたけのこご飯  
で春を感じる一品に  
なりました。



コスモス苑に到着する  
と、桜がとても綺麗に  
咲き誇っていました。  
桜の木の下にベンチ  
を並べ、みんなで満  
開の桜を眺めながら  
ゆったりと過ごしま  
した。「わあ、キレイ  
！」という声があちこち  
で飛び交っていました。満開の桜を眺めた  
後は、桜を背に記念撮影です。カメラを向  
けるとニッコリ笑ってくれたり、ピースな  
どのポーズをとってくれたり記念に残る  
写真がたくさん撮れました。  
その後は春にピッタリな桜色のまんじゅ  
うなどのお菓子を美味しくいただきました。  
ドライブから帰った後も「綺麗だった。」  
「行けて良かった。」など、皆さんの喜ば  
れた声をたくさん聞くことができ嬉しかっ  
たです。また来年の春も皆さんでキレイな  
桜を見に出かけたいと思ひます。



## 今月のお食事

春を代表する旬の食材「たけのこ」。  
今回はその旬のたけのこを使った、たけ  
のこご飯、鶏肉の黄金焼き、マカロニサ  
ラダ、フルーツです。  
たけのこは食物繊維が豊富で、腸内環  
境の改善に効果的です。また、うまみ成  
分のアミノ酸の一種であるチロシンを含  
みます。  
たけのこの切り口  
に見られる白い粉が  
チロシンで、洗い流  
さず食べられます。  
たけのこがたっぷり  
入ったたけのこご飯  
で春を感じる一品に  
なりました。