

# デイサービスセンター 大原

令和 6 年 4 月

だより

〒707-0412  
美作市古町 1850-1  
デイサービスセンター大原  
TEL 78-0550

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

寒さの中にも、春の気配を感じる季節になって来ましたが、皆さんお元気でお過ごしでしょうか？ 3月と言えば桃の節句、おひなさまですね！ デイサービスセンター大原では、3月12、13、15日の三日間でひな祭り会を行いました。

いつもでしたら、おひなさまにちなんだ事をするのですが、今回は今年の干支である辰の飾り作りをしていただきました。おひなさまのお話しに加えて、干支についてのお話しもしました。干支の飾り付けは、家族を守る縁起物と言われ、家族が集まるところに飾り付けるのがいいと言われていた事などを皆さんといっしょにお話ししました。

皆さん貼り絵を楽しみながら「私は亥年、突進するで。」「私は丑、ゆっくりさせてもらわね。」など笑い話もたくさん聞かれました。

最後に皆さんといっしょにひな祭りの歌や色々な動揺を歌っていただいて、皆さん和やかな



時間を過ごされていきました。4月と言っても、まだまだ気温差の大きい日があると思いますので、体調管理には十分に気を付けてくださいね。大原デイでお待ちしています！(^)

## 行事予定

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 端午の節句	21	22	23	24	25
26	27	28	29 喫茶ウィーク	30	31	

## 今月のお食事

今回のメニューは、鯖の煮付け、切干大根の煮物、菜の花と竹輪の和え物です。今が旬の鯖は、身がふわふわで生姜の風味が効いて、とても美味しいです。切干大根は生の大根よりとても栄養価が高いそうです。食物繊維も多いため、便秘にもとても良いそうです。色んな物をしっかりと食べて、いつまでも健康にお過ごし下さい。

