

中部台ケアセンターだより

令和3年2月25日発行

特定医療法人 録三会

中部台ケアセンター

TEL (0574)23-1155

3月号

中部台ケアセンターの玄関には雛人形を飾り、春を感じていただけるようになって
います。日中は暖かい日も増えてきましたがまだまだ寒暖の差がありますので、
体調には十分注意してお過ごしくださいね。

入所

節分

今年の節分は2/2でしたね!

(2/2の節分は124年振りだそうです)

中部台ケアセンターでも豆まきを行いました♪



バレンタインデー



チョコ味のおやつ作り!
メッセージも添えて♪

栄養課より

～春野菜を食べよう～



あたたかな日差しが心地よいと感じる日が増えてきました。いよいよ春が来るんだと嬉しい気持ちになります。
さて、今回のテーマは「春野菜」 冬の厳しい寒さに耐えて育つ春野菜についてご紹介します♪

春野菜の特徴



みずみずしさ

通年出回るものと比べると柔らかく甘みがあります

苦み

独特の苦みは「植物性アルカロイド」という成分で、
解毒作用や新陳代謝を促進する働きがあります

香り

セリ科の春野菜が放つ豊かな香りには、血行促進や
抗酸化作用、ストレス緩和などの効果があります

デイケア

お弁当出前

今回のお弁当は「たくあん」で
お願いしました。

食べきれない程の量で

お腹いっぱいになりましたね。



製作



お雛様の壁飾りを製作しました。
のりで貼っていくとどんどん
お雛様が出来上がっていき、
皆さんとても楽しんで取り組んで
いました。



デイケアからのお願い

- ご利用日の朝には必ずご家庭にて検温していただき、
感染予防のためマスクの着用・予備持参をお願いします。
 - 着用される衣類や持ち物には必ず記名をお願いします。
- 利用者様・ご家族様の体調確認の聞き取りにご協力
いただきありがとうございます。
引き続き行っていきますので
よろしくお願いいたします。



代表的な春野菜たち



菜の花



新たまねぎ



セロリ



アスパラ



春キャベツ