

2月 イベント紹介

今年には124年ぶりに2月3日が「立春」。それに伴い、2月2日が「節分」でした。37年前は2月4日が「節分」だったそうです。

2F

節分

今年も2月3日に豆まきを行いました。鬼は～外！福は～内！今年のご多幸を願って、皆さんの笑顔と元気で鬼退治しました。



3F

鬼と節分

ご利用者様と鬼2人で一緒に節分を行いました。皆さんの豆まきにて鬼のカツラが取れてしまう事等ありましたが、楽しく笑顔の見られたレクになりました。



4F

鬼は外！福は内！

皆様と一緒に節分の恒例「豆まき」を行いました。皆様、豆に見立てた玉を鬼に向かって投げ、厄を払い、今年のご多幸を願っておりました。



デイケア

節分 豆まき

2月2日節分の豆まきを行いました。職員が鬼に扮し、利用者様に豆を当てていただきました。豆は本物の大豆を使用し、雰囲気を楽しんでいただきました。



デイサービス

節分祭

今年の節分は、124年ぶりの2月2日。鬼退治の節分祭を行いました。鬼を追い出し現れたのは「福の神」皆様の健康と幸せ、そして春を連れてまいりました～。



啓蟄のころ、冬を過ごした虫たちが出てきます。菜の花は春に出回る食材のひとつです。菜の花はビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防の効果があります。ほろ苦い味覚が特徴です。マヨネーズで和えたり、お肉といっしょに炒めたりすると食べやすくなります。



栄養士から
ワンポイント



3月はまだ寒い日もありますが、春分の日を迎える頃には春らしく暖かくなり、春の訪れを感じられることが多くなってきます。エルサ上尾も毎年3月末から4月上旬にかけて綺麗な桜が咲きます。今から楽しみです。