

令和3年4月発行
エルサ上尾
<住所>
上尾市藤波3-265-1
<電話番号>
048-787-8686

3月 イベント紹介

3月3日は「桃の節句」でした。ひな祭りにちなんだイベントを開催しました。

2F

〇×クイズで脳を活性化

ひな祭りに因んだ〇×クイズでは、意外とひっかけ問題に皆さん苦戦していました。クイズの後は、ゆっくり、あられを召し上がって頂きました。



3F

ひな祭りゲーム

ひな祭りの完成を競い合うゲームで楽しみました。ご家庭でのひな祭りや春の思い出話に花が咲いたアットホームなイベントでした。



4F

菜の花作り

皆様と一緒に折り紙で菜の花を作り飾り付けを行いました。皆様、笑顔で取り組まれており、とても充実した時間を過ごされておりました。



デイケア

お花見

早々に桜が満開になり、いつもより早い時期のお花見になりました。フロアリハビリ代わりに、散策され歩行練習された方もいらっしゃいました。



デイサービス

♪お花の寄せ植え♪

残念ながらこの日は雨の為で行うことはできませんでしたが、皆様で春を感じることができました。フロアーには八重桜、枝垂桜、菜の花が満開です。是非見に来て下さい！！



エルサのお食事が変わります。

高齢になると若い時に比べ、1回で食べられる食事は少なくなってしまいます。活動内容の変化から消費するエネルギーが少なくなる事は想像できます。しかし、筋肉や内臓機能を維持するために必要なたんぱく質は年を重ねても変わらないと予想できます。健康寿命をのばすためにたんぱく質を摂りましょう。エルサ上尾では、たんぱく質をたっぷりなお食事を準備して、お待ちしております。

栄養士から
ワンポイント

暖かな春の陽気と共に、新年度がスタートしました♪

新型コロナウイルス対策をしっかり継続していきながら、今年度も、たくさんのイベントを開催しワクワクが溢れる日々していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

