Vol.177 令和 7年 4月 1日発行

桜花の候、皆様いかがお過ごしでしょうか。

春の訪れを感じる食材として、たけのこが古くから親しまれています。成長が早いため、 たけのことして食べられる時期は土から出て30日程度のわずかな期間だけです。 たけのこは100gで約30キロカロリーと、低カロリーの上食物繊維がいっぱいで歯ごたえ もいいのでダイエット向きです。また、たけのこに含まれている食物繊維は不溶性食物繊維 なので腸内環境を整えたり、食べ過ぎを防いだりしてくれます。さらに、チロシンという成分 は脳を活性化してやる気が出る効能があるので、新年度にぴったりの食材といえます。 ただ、吹き出物・しみ・そばかすなどお肌に悪影響が出たり、アレルギーを引き起こすことが あるので、食べ過ぎには注意が必要です。

花冷えの折、ご自愛くださいませ。

ひな祭り

雛飾りを出しました!「立派なお雛様だね」「素敵だなあ」と見に来る方が 多かったです。雛飾りの前で写真を撮りました。

また、フルーツゼリーも召し上がっていただきました。









































ル・グランのSNSではレクリエー ションの詳細な様子をお届けし ています。右のQRコードを読み 込んでご覧いただけます。





WEBページから面会の予約 をできるようになりました。

右のQRコードを読み込んで

予約いただけます。



ホワイトデー

プチパンケーキを焼いて皆様と飾りつけをしました!とってもかわいく デコレーションしたプチパンケーキは皆様に大好評でした。





















お彼岸牡丹餅

大きなぼた餅を一緒に作り召し上がっていただきました!「こんな に食べていいの?」と喜ぶ声が多く聞こえました。



















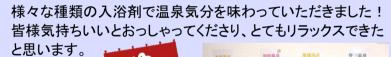


足湯(温泉巡り)















~4月レク予定~

- ・お花見見学 ・いちご狩り
- ・初春の会
- ・揚げパン
- ・こいのぼりフェスタ

~特別食~

- ・ちらし寿司
- ・茶碗蒸し
- ・フルーツポンチ
- •清汁



現在、面会制限を一部解除させていただいております。4月も引き続き継続させていただく運びとなりました。面会の際には、Web予約もしくは電話予約にて事前予約をしていただきますようご協力お願いいたします。