



ル・グランレポート

桜前線も北上し、春の陽気につつまれる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

4月になると、桜の花や菜の花などのきれいな花々があちらこちらで咲き乱れ、ポカポカ陽気でお花見に出かける方も多いかと思います。

美しい景色に癒されながらおいしいものを食べたりして、楽しい時間を過ごす方も多い一方、花粉症の方にとってはつらい季節でもありますね。今年は花粉の飛散量がかなり多いとの情報を天気予報などでよく見るようになりました。

花粉症を和らげるのに効果がある食べ物といえば、ヨーグルトやチーズ、味噌などの腸内環境をよくするものや、緑茶に入っているカテキン、カカオポリフェノールの多い高カカオチョコレートもよいそうです。春は何かと忙しく、出かけることが増える季節でもあります。気休めではありますが、少しでも症状が軽くなるよう試してみたいはいかがでしょうか。

春とはいえまだまだ花冷えの日もございます。ご用心くださいませ。

ひなまつり

3月3日にひなまつりをおこないました。雛飾りと一緒に記念撮影をした後に、ひなあられを召し上がっていただきました。



レクリエーションのご様子は、
右のQRコードを読み込んで
ご覧いただけます。

ブログ



Instagram



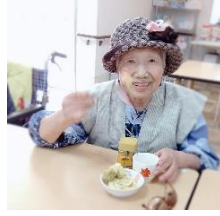
面会の予約をWEBにて出来る様
になりました。右のQRコードを
読み込んでご利用下さい。

面会予約



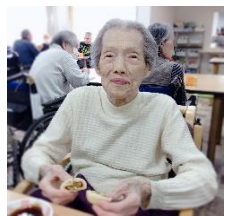
ホワイトデー

ひな餅風蒸しパン



小籠包

3月18日に中国出身の職員さんに教えてもらいながら本格的な小籠包づくりを行いました。
皮から全部手作りの小籠包は、とても美味しく、包むのも楽しかったと大好評でした！



4月のイベント予定

お花見・さくらもち
畑レク・イチゴデザート