



しらすぎだより 3月号

発行日：令和4年3月10日
発行元：しらすぎ荘広報委員会
住所：宇都宮市白沢町771
電話番号：028-673-8888
ホームページ：http://roken-shirasagi.jp



ひな祭り



しらすぎ荘には人形やはり絵・切り絵のひな飾りがあり、利用者様に季節感が感じられるように工夫しております。

たいめいけんハヤシライス(2/6)



2月6日に洋食の老舗たいめいけん監修のハヤシライスが提供されました。皆さん笑顔でおいしそうに召上がっていました。次回も期待しましょう。



コラム(春の気配は・・・)



3月5日は啓蟄です。啓蟄の「啓」は閉じたものが開く、導くといった意味合いを持ち、「蟄」は虫が土中で冬ごもりをするという意味合いを持っています。このことから冬ごもりしていた虫たちが土中から目覚めて出てくる頃とされています。虫だけでなく植物もだんだんと色鮮やかになってくと思います。

この時期に旬の食べ物があります。筍やワラビ、ぜんまい等の山菜です。灰汁抜き等の手間はかかりますが春の到来を感じさせてくれるものです。皆さんはどのように食べるのが好きでしょうか。私はおこわや混ぜご飯が好きです。

暖くなるのは少し時間がかかりますが、春の気配を色んな所から感じつつ、体調に注意して元気に過ごしていきましょう。

おまけのクイズ：「菰外し」は何と読むでしょうか？ヒントは啓蟄のころ庭園で行う作業の事です。

通所リハビリ栄養広場(2/18)



2月18日に栄養課主催の栄養広場が開催されました。今回の内容は口腔体操でした。話すこと・食べることにつながる大切な体操です。皆さん一生懸命に参加されておりました。



お知らせ

現在新型コロナウイルス再流行に伴い、利用者・家族の面会を制限させていただいております。オンラインによる面会が可能ですので、ご希望の方は事務室までお問い合わせください。

事務室からのお願い

毎月、各保険証の確認をさせていただいております。お支払い時などに1階窓口へご提示いただきますよう、ご協力をお願いいたします。



