

デイルーム はばたき

令和4年4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



4月のイベント

13日(水)～19日(火)

曜日対抗桜の花びら拾い大会

何枚拾う事が出来るかな？

6日(水)
桜餅作り

春の甘味の代表格
季節の甘味で春を楽しみましょう

20日(水)
そら豆とクリームチーズのお餅

気の置けない仲間と
甘あ～い一時を

●生命力あふれる旬の春野菜を食べる●

春野菜には、寒い冬の間滞りがちだった体の廻りを活性化する働きがあると言われてい

ます。
せり、セロリなどセリ科の春野菜…血圧を下げたり、血行を促進する作用や抗酸化作用など
キャベツや菜の花などのアブラナ科の野菜…肝臓の解毒機能を強化する

★効果的なオススメの調理法★

ふきのとう…てんぷらや塩ゆで、味噌汁、網焼き、煮物、ふきのとう味噌などで。

なのはな…辛し和え、炒め物、てんぷらなどがお勧めです。

みつば…おひたしや和えものなどがお勧めです。

たけのこ…若竹煮、たけのこごはん、てんぷらなどにして楽しみましょう。

【お問い合わせ】

デイルームはばたき TEL: 0480-26-2150 長塩 遠藤



はばたきの小窓

VRリハ ～ バイク運動 ～

『神戸の夜景』や『中華街』、はたまた『サグラダファミリア』まで。
ゴーグルを覗くことで映し出される観光地を楽しみながらバイク運動を
楽しんでいただきました。
また、ゴーグルのipadに映すことで会話も楽しまれていました。



Instagram・ブログ・絶賛公開中！！

検索キーワードは

メルフィスの小窓

検索

Instagramは
QRコードを読み取ってください

