

# 4月 やすらぎだより

令和7年4月号

春の陽気の訪れとともに、新しい年度がスタートしました。職員一同、ご利用者様に笑顔で過ごしていただけるようサービス向上に努めてまいりますのでよろしくお願いいたします。  
季節の変わり目ですので体調にお気をつけください。



## ひなまつり行事開催

ご利用者様がおひなさま&おだいりさまに大変身！  
「私はどこにおるやろ？」とじっくり眺めておられました。

一番上の有名夫婦は誰でしょう？



## ひなあられキャッチゲーム

ひな飾りに見立てたカップの中にひなあられを飛ばすゲームをしました。苦戦する方が多い中、プロ並みに上手な方もいました！

## 3月3日特別メニュー

昼食はちらし寿司、茶わん蒸しでした。



## ～3月の作品作りの風景～

### 3月の壁面づくり



色鮮やかな椿の壁面が完成しました！

### 4月のカレンダーづくり



4月のカレンダーは「たんぽぽとちょうちょ」春が待ち遠しいです。

## 認知症予防通信

VOL1

認知症予防には  
新たまねぎが有効！？

～食事編～

新たまねぎには、ケルセチンが豊富に含まれています。この成分は、早期のアルツハイマー病の改善に対する効果が期待できます。

### 超ラクチン！新たまねぎのレンジ蒸し

材料（一人分）

- 新たまねぎ：中1個
- バター：10g
- しょうゆ：適量



- ① 新たまねぎは皮をむいて上と下を切っておく
- ② たまねぎの下の部分を上にして、米印の切込みを入れてバター10グラムをのせる
- ③ ふんわりとラップをして、500ワットレンジで5分（トロトロがお好みの方は様子を見て7分くらいまでOK）
- ④ ラップをはずし、たまねぎをひっくり返して醤油を回しかければ出来上がり☆

## 4月の予定

- ★楽生会 9日(水)
- ★いろりばた 11日(金)
- ★音楽療法 10日(木)23日(水)

社会福祉法人

山県市社会福祉協議会

山県市社協デイサービスセンターやすらぎ

〒501-2259 山県市岩佐 1177-1

☎ (0581)52-2800

FAX (0581)52-2937