

寒い日が続いておりましたが、温かい日があったりと、だんだん春の足音が聞こえてくる今日この頃、皆さまいかがお過ごしでしょうか。早いもので新しい年が明けて2か月がたち3月となりました。3月といえば【ひな祭り】があります。ひな祭りは桃の節句など女の子のイベントとして知られていますが、由来を調べてみますと古代中国の『川で身を清めて邪気を払う上巳（じょうし・じょうみ）節』が日本に伝わり、日本古来の『人形（ひとがた）流し』という厄払いの風習と結びつき、さらにそれが平安時代の貴族のおまごとしてある『ひいな遊び』と組み合わせさせて、徐々に今のよう形になったといわれているそうです。毎月、色々なイベントの日がありますが、一つ一つの由来を調べてみると、新しい発見がありますね。これから温かい日が増えてくることと思います。皆様も是非、陽光へお出かけくださいませ。スタッフ一同、心よりお待ち申し上げます。



**柴又帝釈天に  
 外出レク**

皆さんで参道をお散歩して帝釈天でお参りをしてきました。

**節分豆まきレク**

皆さんで紙を丸めて豆を作りスタッフが鬼になり、鬼をめがけて「鬼は外、福は内」と皆さん大きな声で豆まきました。



**3月カレンダー工作**

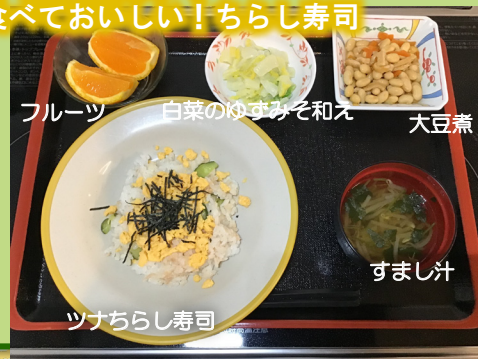
各自、千代紙でおひなさまを作り、貼り付けてカレンダー工作をしました。



出来たて  
 ほかほか!

**お昼ごはん♪**

目で見て楽しい♪  
 食べておいしい! ちらし寿司



調理担当  
 塚原さん

- エネルギー 289kcal
- たんぱく質 13.3g
- 脂質 17.6g
- 炭水化物 21.2g
- 塩分 2.2g

