



3月3日はひな祭り、正式には「上巳の節句」：読み方は「じょうしのせつく」「桃の節句」とも言います。上巳（じょうし）は中国の昔の話に由来し厄除けを指しているとの事。子供の健康を祈る行事との事。もうすぐ、桜が咲きます。日本の心とされています。桜は枝を折るとそこから腐ってしまうと言われ、そんなさくらの木を折った子供の頃のジョージ・ワシントンが正直に告白しました。そのことから花言葉の「精神の美」の由来になっているとの事。日本だけではなく海外でもさくらの花言葉が浸透していることは嬉しい限りです。ぜひ、皆様も陽光にお出かけ下さいませ。スタッフ一同、皆様一人一人に寄り添ったサービスに努めてまいりますので、宜しくお願い致します。皆様のご来所を心よりお待ちしております。

## 節分の豆まきレク

新聞紙を丸めて豆に見立てて作り鬼に向かって豆まきをしました。皆さん大興奮で豆まきをされておられました。



## 梅の花見で外出レク

大谷田公園、亀戸天神梅まつりにお花見に行きました。皆さん「すごく綺麗ね～」等と言われ喜んでいました。



## 浅草寺、富岡八幡宮に外出レク

天気も良く皆さんでお散歩しながらお参りしてきました。



出来たて  
 ほかほか!

## お昼ごはん♪

節分を彩る  
 目で見て楽しいちらし寿司♪



れんこんの  
 ひじき煮

白菜の山椒  
 正油和え

節分ちらし寿司  
 鬼除け汁



調理担当  
 横井さん

- エネルギー 236kcal
- たんぱく質 10.0g
- 脂質 9.8g
- 炭水化物 30.2g
- 塩分 3.1g