

地域に密着した介護サービスを提供する、
伊野本陣の家族便り

伊野本陣は、い〜のお〜

3月号

平成29年3月9日発行 第88号



節分

〜恵方巻き作り〜

2月3日の節分には恵方巻き作りを行いました。昼食にみんなでおいしくいただきました♪



餃子作り

手作り雛飾り



餃子作りをしました。包み方は色々で、愛情たっぷり餃子のできあがり☆

お雛様飾りの作成をしました。同じ材料でもみんなそれぞれ個性があって素敵な飾りができあがりましたo(^o^)

3月の行事予定

3月13日(月) ひなまつり会



4月の行事予定

4月中 お花見



～甘酒は「飲む点滴」？～

甘酒は「飲む点滴」と言われ、消化酵素やビタミンB群が豊富に含まれ、疲労回復や美肌効果があるそうです。また、食物繊維やオリゴ糖も含まれ、腸内環境を整えてくれることから便秘の解消、免疫力のアップも期待できます。

甘酒には、米麴で作るものと、酒粕で作るものがあり、米麴で作るものにはアルコールが含まれていないため、家族みんなで飲むことができます。

豆乳で割ったり、果物と一緒にミキサーにかけて飲むのもオススメです♪

まだまだ寒いこの時期、風邪を引かないよう甘酒はいかがでしょう？

～米麴で作る甘酒～

☆材料

米麴	500g
水	1000ml

☆作り方

- ①炊飯器に米麴と水を入れ混ぜる。
- ②布巾をかけ蓋は半開きの状態で保温を押す。
- ③4時間たったらできあがり♪

※炊飯にしないよう気を付けてください。



発行 有限会社 伊野本陣

- ・小規模多機能型居宅介護 もくせい
- ・グループホーム やまもも
- ・デイサービス(認知症対応型) つばき

ところ 〒691-0073 出雲市美野町504

(平田中心街から車で10分。一畑電鉄伊野灘駅から徒歩1分)

電話 (0853)67-9180

FAX (0853)67-9181

ホームページ <http://inohonjin.jp/> (または「伊野本陣」で検索)

Eメール inohonjin@hit-5.net

お問合せ対応時間 午前9時～午後5時(年中無休)

経営理念

安心と尊厳の
ある生活を
営むことの支援

ケア理念

共に喜び
共に楽しみ
共に笑って
共に過ごす

