

みかんの丘給食便り 4月号

広報委員会
27年4月10日発行

はじめに

新年度がスタートしました。暖かくなり過ごしやすい季節となりました。みかんの丘から見える春は青い海と季節の花々が咲き誇り、最高の景色です。利用者の皆様と春の訪れを喜んでおります。今年度も楽しく、元気になれる企画をたくさん用意したいと思います。職員一同頑張っていきますのでまた一年よろしくお願い致します。

ひなまつり 3月3日



開設記念日 4月1日

みかんの丘10周年を迎え、お祝い弁当をいただきました!作ってくださった委託のTMSさんに感謝です。施設からは紅白まんじゅうを。「おなかいっぱい、おいしかった」と満足の声多くいただきました。



たけのこのお話



皆さん、筍がおいしい季節ですね。筍はどのようにして食べていますか。たけのこの表面に付着した白い粉はチロシンといいます。チロシンは、脳の活動を高める原料ともなり、ストレスを和らげたり白髪の予防効果があります。洗い流さず、そのまま食べましょう。また、筍は、食物繊維も多く含みます。季節の野菜をしつかり食べて元気に長生きしましょう。編集担当します、管理栄養士です。旬な情報発信したいと思いますのでよろしくお願ひします。

ホームページも毎日更新中です。『みかんの丘』で検索して下さい。

