おにっこタイムス　ミニ

発行日　令和２年　８月１日
社会福祉法人 津軽富士見会　　特別養護老人ホーム　弘前園
弘前市大字鬼沢字山ノ越 249　　TEL：0172-99-5050
URL:http://tsugarufujimikai.com/

お花見

思わず笑顔がこぼれます。

桜が見れて嬉しい！

コロナに負けない免疫強化メニュー

鮭の酒蒸し　＆　ほうれん草の白和え

酒蒸しで食物繊維を多く摂取し、白和えではほうれん草のビタミン類、腸内環境に良い大豆を摂取できます。とてもヘルシーでお年寄りでも食べやすいメニューです。

牛肉とまいたけのタンドリー炒め　＆　パプリカのマリネ

腸内環境を整えるヨーグルトに加え、栄養素のバランスが良いカレー粉、舞茸やパプリカを食べることで様々なビタミンや栄養を摂取できる夏の時期にぴったりのメニューです。

鶏のみそ漬け焼き　＆　もずく酢

こちらはヨーグルト、みそを混ぜ合わせたタレを肉に使用し、
ビタミン等が豊富なもずくも使っているのでバランスよく栄養素が摂取できる上に腸内環境も整うメニューになっています。

ガーデニング

グループホーム

ケーキにジャムを
のせています！

花っこも私も
かわいいでしょ？

グループホームの余興活動を紹介します。
まずは、毎年恒例のガーデニング。お花も笑顔も咲き誇りました。
それから、週二回行われているクッキング。皆さん手際がいいので、
立派なケーキが完成！！誕生日を迎えた方のお祝いとしました。

デイサービス

きりたんぽ
おいしいなぁ

新型コロナウイルスの流行で弘前桜祭りが中止となった為、園内にてお花見会を行いました。
みんなで出店気分！！来年は弘前公園に行けたらいいですね！！