



**新年度**になりました。今年度より**利用料金を改定**してご利用しやすくなりました。  
空き室状況などはお問い合わせ下さい。



手芸ボランティアの様子です。真剣な表情です！



ひな祭りの様子です！



東北歴史博物館で歴史の勉強！勉強！



甘味処でスイーツ♪



2015/3/3



職員の車椅子車両講習の様子です。

**デイの無料体験実施中**  
昼食代も無料で～す！



マジックショーの見学に行きました！



バレンタインデーのお返しを！

### しおり 4月行事予定

- ・外出 お花見 松島足湯
- ・手芸ボランティア
- ・紙芝居ボランティア
- ・お誕生会
- ・お達者クラブ
- ・おじゃがすクラブ
- ・書き方クラブ
- ・将棋クラブ
- ・なっぼクラブ
- ・映画クラブ
- ・お楽しみ会 など乞うご期待…

**4月の健康メモ**  
花便りがあちらこちらから届く頃になりました。いよいよおにぎりの出番です。気温が上がると食中毒が気になります。梅を主とし、カマンベール・小女子や梅おかか外にとろろ昆布をまくなどいかがでしょうか？  
また、白米はGL値が高いため玄米や雑穀米と混ぜGL値を低くし、血糖値の上昇を防ぎ肥満防止につなげてみてはどうでしょう。  
＜豆知識＞  
乾燥を防ぐのに米油、オリーブオイルを少量入れるとツヤツヤふっくらよ！



松島で足湯！体もポッカポカになりましたー



**施設見学・ご相談のお問い合わせは…**  
〒 985-0087 塩竈市宇伊保石30番地2  
☎ 022-361-1116 fax 022-361-9777  
老人短期入所施設しおり 相談員(沢田・三塚)  
しおり デイサービスセンター 相談員(渡辺・鈴木)