

Joyeux Anniversaire

～お誕生日おめでとうございます～

12月生まれ

16日 江頭 壽恵 様

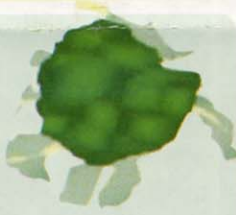
1月生まれ

1日 田口 ツユノ 様	8日 大川内 M 様
2日 松尾 政子 様	9日 畑瀬 一枝 様
4日 前田 キミヨ 様	12日 力武 M 様
6日 山本 ミヤヨ 様	25日 山口 典子 様

2月生まれ

3日 松江 ヨシ 様	23日 大成 艶子 様
4日 西山 T 様	23日 吉永 リエ 様
18日 松尾 ヒサヨ 様	28日 円田 T 様

旬の食材 ブロッコリー



キャベツの仲間が発がん性物質の活性化を防ぎ異常細胞の増殖を防ぐ効果があります。その他にも食物繊維・鉄・カルシウム・ビタミンも多く含んでいるので、便秘解消、美肌効果・風邪予防・貧血の改善にも効果が期待できます。ブロッコリーはお湯に塩を加えて茹でるだけで簡単に食べることができます。

■ブロッコリーとじゃこのナムル風■



ブロッコリー	100g
塩	少々
にんにく (薄切り)	1かけら
ちりめんじゃこ	10g
ごま油	大さじ1

1. ブロッコリーは小房に分ける。
2. かぶるくらいの湯をわかし、塩とにんにく、(1)のブロッコリーを加えてゆでる。火が通ったら湯を捨て、じゃこ、ごま油を加えて弱火にかけ、水けを飛ばしながらじゃこをからめる。じゃこの塩気によっては、かるく塩 (分量外) をふる。

新人スタッフの紹介

宜しくお願いします★



ライン
仲尾がおり



セーナ
浦山陽子

お知らせ

■HP開設! <http://kashinkai.or.jp>



この度グランパランいまりのホームページを開設致しました。館内案内やイベント予定等を掲載しております。これからさらに内容を充実させていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

■単独型ショートステイ建設中■



現在、グランパランいまりの向かい側の土地に伊万里初の単独型ショートステイ(グランパランモワ)を建設中です。竣工は4月末。オープンは6月を予定しております。オープンまで何かとご迷惑をお掛け致しますがご理解とご協力をよろしくお願い致します。

♥お誕生日おめでとう♥

11月3日にスタッフ
久保田智樹さんの第三子
が誕生されました!
竣太くん、すくすく元気に
のびのびと育って下さいね
(^^)
おめでとうございます♪



竣太くん

スケジュール

行事は天候、諸事情により日程変更する場合があります。

3月

3日 ひなまつり
6日 ぶっくん
14日 ホワイトデー
中旬 食の祭り(天ぷら)

4月

初旬 食の祭り
(お花見弁当)
中旬 外出レク

編集後記

新しい季節の到来を梅の花が教えてくれました。車を停めてほんの数秒間、『春』と会話をした気分になりました。皆さんは何処で春を感じられますか。御利用者様、御家族様、グランパランいまりを支えて下さる全ての方にとって、良き春となりますように。