



こんにちは！！

令和8年 2月号

北園デイサービスです！！

今年は2月2日が節分。節分といえば「豆まき」ですよね。豆まきでも使う「大豆」にはたくさんの栄養が含まれています。「畑のお肉」と呼ばれるくらい、たんぱく質が多く含まれており、他にも鉄・カルシウム・食物繊維・大豆イソフラボン等も含まれています。豆腐・納豆・きなこ・味噌・おから等、大豆からできる食材はたくさんありますね。健康のためには1日1回大豆製品を食べると良いと言われております。ぜひ、様々な食材から大豆の栄養を摂取して、風邪に負けない元気で丈夫な体作りをしていきましょう。

今回もデイサービスでの利用者様の活動内容等を掲載しておりますので、ご覧いただけますと幸いです。



豆まきの様子！



カラオケの様子！

ボーリング大会の様子！

余暇活動

・手工芸 : 散歩 : 音楽鑑賞 :
昔懐かし音楽映像 : 麻雀 : 将棋
※写真撮影の為、マスクを一度外して
いただいている場合もございます。

社会福祉法人 釧路啓生会

釧路北園啓生園 老人デイサービスセンター

TEL : 0154-55-5255

FAX : 0154-55-5251

担当 : 刀禰・伊藤