

## 母の日にあわせて

5月10日は母の日でした。  
今年もまきむく草庵ではご入所されて  
いる皆様と、ささやかな昼食会を  
行いました。  
菜の花や筍など、春の食材を味わって  
いただきました♪



## 月に一度の抹茶の時間

まきむく草庵では、毎月様々なレクリエーションを行っています。

今月は『抹茶の時間』のご紹介です☆

毎月一度おやつ時間に、スタッフが茶筌で点てたお抹茶と和菓子を楽しんでいただいています。古くからお茶は良薬と言われてきたように、お茶には茶カテキンやビタミン、食物繊維など栄養が豊富に含まれています。抹茶は緑茶と違い、抽出液ではなく粉末にした茶葉をまるごと摂取できるので、お茶の持つ栄養素をより効果的に取り入れることができ、またリラックス効果や風邪予防など様々な効果があるそうです。美味しく健康的に☆今後も月に一度の抹茶の時間を楽しみにしていただければと思います(\*^\_^\*)



## 仲間が増えました

エントランスの水槽で飼っている熱帯魚に、新しい仲間が増えました！！  
施設にお越しの際は、ぜひご覧下さい☆



## 【お問い合わせ先】

介護老人保健施設 まきむく草庵  
桜井市草川58 (Tel)0744-45-1502(代)  
通所リハ担当 下坂茉那美・永井祐里  
入居担当 津本英樹・藤井智子・福西美智代

感染症対策中につき、面会等のご不便をおかけしております。

