

せいらん便り

2026年



3月



寒さの中にも少しずつ春の気配を感じる頃となりました。皆さま、お変わりなくお過ごしでしょうか。

気温が安定せず、体調を崩しやすい時期でもあります。外に出るときは、着脱が容易な上着があると良いですね 🍀 健やかな心と身体で、季節の変化を楽しみながら今月も元気に過ごしていきましょう♪

◆ 梅を見に散策へ ◆

穏やかな日差しの中、クリニックのすぐ隣にあります神社へ散策に出かけました。

この日はまだ咲き始めの梅の花でしたが、現在は満開に咲いており、とても良い香りが漂っております 🌸
素敵な写真が撮れましたので、ご覧ください 📷
偕楽園の梅も見頃で、梅まつりのイベントでとても賑わっているそうです 🌟



◆ ひな祭り ◆



3月と言えば・・・ひな祭りですね♪

せいらんの玄関先には、手作りの大きな雛壇がかざられました!!

ひな人形は、一つ一つみなさんで折り紙をおって作成しました。一気に華やかな雰囲気になりましたね 🌟

制作中の様子と写真撮影している風景もご紹介します。

◆ レクリエーション ◆

3月限定おやつ『桜餅とひなあられ』

🍵 ひなあられの豆知識 🍵

ひなあられの色に意味があるのはご存知でしたか??

赤・緑・白・黄

4色の場合、四季を表しており、1年健康で過ごせるようにとの意味があるそうです◎



2月中は引き続き、節分のレクリエーションを行いました 🍀

鬼の大きな口に向かって、ボールを投げ込みます!!

皆さん、何個入りましたか?? 🍀

医療法人青藍会

コミュニティ



ヘルスケアせいらん

水戸市酒門町268-2

TEL:029-350-5313