

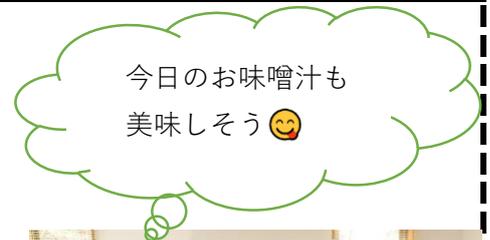


ハッピーハウス浅口

2025年3月の行事

TEL 0865-44-3146

日	月	火	水	木	金	土	
						1	
2	3 作業終了 14時30分 スタッフ会議 15時30分	4 図書館教室 (のぞみ作業所)	5	6 環境整備	7	8	
9	10 ほっか ほっか亭デイ	11	12	13 書道教室	14 パソコン教室 	15	
16	17	18 図書館教室 (希望作業所)	19 誕生日会 (鴨方希望の会)	20 春分の日	21	22	
23	24	25	26	27 本人会 (14時~)	28	29	
30	31	<p><u>ハッピーハウス自慢</u>❤️ <u>特製お味噌汁の紹介です!</u></p>					



冬場の体調管理の一つとして始まった、お味噌汁で心も身体も温かく、免疫up↑大作戦❤️第一弾です!

JA女性部さんから寄贈して頂いた絶品のお味噌に、支援員の畑で育った美味しいお野菜をふんだんに使ったお味噌汁です!
ちなみにお味噌の健康効果ですが、
・腸内環境を整える・コレステロール、
・血圧、血糖値低下・免疫力アップ・精神安定作用
・胃癌、乳癌のリスクを下げる等々。

発酵食品の中でも代表的なお味噌は、発酵する事で生命維持に不可欠な必須アミノ酸9種類やビタミン等が多量に生成される日本の伝統的な食材の一つです。

♪利用者さんの好きな具材ランキング♪

🥇1位: 揚げ、豆腐 🥈2位: 白菜、水餃子 🥉3位: 豆腐、白菜
リクエスト具材は、
・さつま芋・じゃが芋・かぼちゃ・大根
・玉ねぎでした。根菜ですね、今後ご期待ください❤�



HAPPY BIRTHDAY



Uさん