

# お菓子作り



～スイートポテト作り～

皆さん楽しく、自分なりのスイートポテトを作り、最後に美味しくいただきました！



# 祝 百寿

100歳を迎えました入所者様のお祝いもしました！  
おめでとうございます！



# 介護老人保健施設ホスピア宇都宮 ホスピア宇都宮だより

2026年4月  
第38号



医療法人社団全仁会  
介護老人保健施設/通所リハビリテーション  
ホスピア宇都宮  
〒321-0953 宇都宮市東宿郷 2-1-1  
TEL : 028-636-9666  
FAX : 028-638-0379

ホームページは  
こちらから  
アクセスできます



HP URL : <http://zenjinkai-utsunomiya.jp/hospia/>  
E-mail : [hospia-u@sky.ucatv.ne.jp](mailto:hospia-u@sky.ucatv.ne.jp)

# 通所リハビリ

お花見に  
行ってきました！



空き状況  
月 ☺ 火 ☺ 水 ☺ 木 ☺ 金 ☺ 土 ☹

# リハビリ頑張っています☺



# ひなまつり

雛人形の前で写真を撮りました。  
皆さま綺麗な装飾品に興味津々です！



# 制作活動



春を感じていただけるよう、桜の吊るし飾りと壁画を制作しました。皆様一つひとつ丁寧に作られ、華やかな作品が完成しました。



春だね～

綺麗な桜に  
なってきたよ



※撮影や入所者様の状況によりマスクを外すことがあります

# 園芸

園芸クラブでは昨年の10月に球根を植えました。  
今年2月下旬にはクロッカスが蕾をつけました。  
ランキュラスも元気に育っています。



きれいに  
咲くと良いね！

3月には今年1回目の種まきを行いました。  
ベランダを眺めては植物の成長を楽しまれています。

暖かくなって  
きたから  
もうすぐだね🌱

# 今月のお昼ごはん



## ～お花見膳～



お花見おにぎり お花見天ぷら  
厚焼き玉子 菜の花の塩昆布和え  
キャベツと海老のパスタ  
桜大根漬け 桜ゼリー 味噌汁

### <花見について>

花見の歴史は古く、平安時代に貴族の間で始まり、鎌倉・室町時代には武士階級に広まりました。庶民に花見が広まったのは江戸時代の頃です。

八代将軍徳川吉宗が桜を植えさせ、庶民に花見を奨励したこともあり、このころから花見が広まりました。お弁当を食べながら花見をすることが江戸時代の庶民のレジャーとして定着し、今も続いています。

### <春キャベツ>

秋に種を撒き、春に収穫するものを春キャベツと言います。旬は3～5月頃、4月頃に出荷のピークになります。

冬キャベツに比べて葉の巻きがゆるく、柔らかい食感でみずみずしいためサラダなどの生食に適しています。免疫力を高め、皮膚や筋肉、血管などを丈夫にするために欠かせないビタミンCが多く含まれています。