



# 開園記念日



3月1日 グループホームアップルは開設18年目を迎えました！！当日はささやかですが、皆さんで赤飯や茶碗蒸しなどを作り、お祝いの昼食会を開催しました。日頃よりお世話になっている皆様のご協力とご理解で18年目を迎える事が出来ました。今後もお支援のほど何卒よろしくお願い致します。

# りんごの家 太鼓演奏



H31年 3月27日 発行  
弘前市大字高杉字尾上山349  
グループホームアップル  
Tel 0172-97-2778

皆で音に合わせて、太鼓の演奏をしました。音楽に合わせて演奏する事で、脳の活性化となり、また力強く叩く事でストレス発散になり、それが認知症の予防になるそうです！皆さん楽しんで参加されていました。

## 節分



季節の行事。2月3日は節分。我こそは！と名乗り出していた入居者さんに鬼に扮して頂き、豆まきをしました。仲間の鬼の姿に、皆さん優しく豆まきしていました。



## ひな祭り



3月3日は、ひな祭り。お雛様を飾って、雛ケーキを食べました。



## お出かけ

冬はなかなか外に出掛ける機会は、少ないですが、天気の良い日は、色々とお出かけしています。左の写真は、バイオリンと歌のコンサートに出かけた時のものです。あまりの素敵な歌声に皆さんびっくりしていました。右の写真は高照神社の歴史館に出かけた時のものです。貴重な歴史のお話も聞かせていただき、知らない津軽の歴史を知る事が出来ました。



## 手芸

冬場は手芸に力が入っています。昔懐かしの胴着を作り、背中がぽかぽかです。

家庭によって作り方も異なり、「うちのこうだ〜」と会話も弾んでいました。また、おやつ作りや調理も沢山取り組んでいます。アップルパイや饅頭などのお菓子類や肉じゃがなどのおかずも沢山作っています。

冬も楽しみましたが、春が待ち遠しいです。

## 調理

