

ケアビレッジ通信

2026年4月号

卯月

旧暦では卯の花が咲くころで、「卯の花月」を略した月の名だといわれています。また「うづき」の「う」は、「初」や「産」を意味することから、農耕の始まりを表わしているという説もあります。

今月の壁画



ひな祭り御膳



3月のお誕生日
おめでとうございます



ちらし寿司
かつおのタタキ
かきあげ
お吸い物
ケーキ



3月のボランティア



レクリエーション



糖尿病と骨粗鬆症

糖尿病は、一言でいえば「身体が早く老化する病気」です。糖尿病による老化の速度は、血糖値の高い時期がどれくらい続くかによって決まります。骨は新しく作り替えられています。糖尿病になると新しい骨を作るのが下手になり、古い骨の「サビつき」が増えます。