

梅雨のじめじめで不快なイメージのある6月ではありますが、一雨ごとに色を変える紫陽花が美しい季節でもありますね。デイケアガーデンにも毎年美しい紫陽花が咲き、私たちの心を癒してくれます。

また6月からは「デイケアシアター」や「簡単フィットネス」などの新プログラムも開始となりますので、不快を快に変えて、一緒に梅雨を乗り越えていきましょう！

調理クラブ&お楽しみ調理

5月の調理クラブは、ヘルシーで日持ちもして、お手頃価格で手に入る食材「春雨」を使った調理。「鶏団子の春雨スープ」と「豚肉と春雨の甘辛炒め」でした♪どちらも美味しく、自宅でも作りやすく好評でした！

お楽しみ調理は、当院近くの養蜂家さんから頂いたはちみつを使って、新緑の時期にちなんで「はちみつ入り抹茶どら焼き」を調理♪優しい甘さを感じられ、美味しいととても好評でした！



ファーム☆キッチン



デイケアファームは、今年度初収穫！二十日大根、小松菜、小ネギ。どれも無農薬で美味しいためか青虫たちのごちキウに…。食べきられてしまう前に調理です！「小松菜の塩昆布ナムル」「小松菜とツナの混ぜご飯」「小ネギと海苔のスープ」「小ネギと小松菜・さば缶の焼うどん」「野菜たっぷりお好み焼き」どれも簡単で美味しく調理出来ました♪他の野菜たちもぐんぐん成長中なので、これからがまた楽しみです！



健康教室&ライフスキル講座

今回の健康教室は「簡単脳トレ体験」でした。体と同じで、脳も適度に動かすことが長く健康であるためにとても大切になります。「頭を使って疲れた。」「おもしろかった。」などの感想があり好評でした！

そして今年度から開催のライフスキル講座！ライフスキルとは「日常生活で必要な技能」を言いますが、その中の困りごとを少なく出来るよう毎月開催します。初回は「食事の後片付けとゴミの分別方法」でした。質問も多数あり、大変好評でした！



イベント

5月には愛鳥週間があるのをご存知ですか？今回のイベントは、鳥同様に空を飛ぶ紙飛行機を使って「的当て大会」を行いました！自分で折ったり、周りの方に教えてもらったりしてオリジナルの紙飛行機を作成。紙コップで作った的に向けて飛ばし、倒れたコップの数を競い合いました！多くの紙コップを倒すと賞賛の声が聞かれたり笑いが起こったりと大変盛り上がり、童心に返って楽しめた一時になりました♪



お問い合わせ先: Tel 024-952-6411(代)

6月の予定

6月5日(月)午前: イベント

6月9日(金)午後: 調理クラブ

6月12日(月)午前: ものづくりラボ

6月13日(火)午後: 健康教室

6月16日(金)午前: ものづくりラボ

6月19日(月)午前: 調理クラブ

6月23日(金)午前: 食ラボ

6月26日(月)午前: ライフスキル講座