

ゆとりあーむ 5月号







《5月の取り組み》

クイズ・イントロ・ドン! · · · 皆さん昔の歌は大得意! 見事に曲名を答える方もいれば、残念 ながら、歌手の顔や歌詞は出ているのに、曲名が出てこないで、もどかしい方もいました。 大正解では、みんなで歌います。皆さんにとって、とても懐かしい曲が流れ、『高校三年生』に 戻っていました。

鯉バレー・・・毎年恒例?!今年もあの巨大な鯉が帰ってきました。手作り巨大鯉風船を 皆さん、力いっぱい、バンバンと打ち合い、熱い戦いが繰り広げられ、ユトリアムを元気に 泳ぎ回りました。

鯉釣りゲーム・・・手に竿を持ち、魚釣り。20匹以上、釣る方もいて、毎日大漁! 「昔はよく釣りしたな~!」と懐かしむ方もいらっしゃいました。

コイのぼり・・・鯉のぼりに繋がった糸を棒に巻き巻き。見る見る空に上がって行く鯉のぼりを見て こんなに活きがいい鯉は見たこと無いと、思わず 皆で笑ってしまいました!?元気に泳げと 皆さん一生懸命に手を動かしていました。

* 園芸については、次号掲載致します。

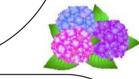
《6月の取り組み》

第一週 ゆとりあむ音楽会・・・皆で合唱したり、楽しく輪唱したり。また楽器を使って合奏したりと 盛り沢山!音楽を楽しみましょう♪

第二週 ゆといあむ運動会・・・赤勝て! 白勝て! 恒例のパン喰い競争をはじめ、楽しく体を 動かしましょう。赤組も白組もファイト!

第三週 七夕飾川作川・・・星に願いを込めて、短冊に皆様の想いを書いて頂いたり、七夕飾りを 作ったり。大きな竹に飾ります。

第四週 雨雨降れ降れゲーム・・・逆さまに吊られた傘に、雨のボールを投げ入れます。 沢山ボールを入れたチームの勝ち!





ナース 通信

《食中毒に注意をしましょう!!》

6月から9月にかけての夏場は、暑くジメジメした環境で 細菌が繁殖しやすく、体の抵抗力も低下するため 食中毒になりやすい時期です。

特に高齢者の方々は、体力や抵抗力が落ちているため 食中毒にかかると重症化しやすくなります。

食中毒にならないよう、食品の取り扱いなどに 十分注意しましょう。

<買い物・保存の際は・・・>

- ・消費期限の確認をして新鮮な物を選びましょう。
- ・冷蔵庫は詰め過ぎない様にしましょう。

<調理の際は・・・>

- ・調理前に必ず手を洗いましょう。
- ・調理の際は食材に十分、火を通しましょう。
- ・まな板、包丁などの調理器具は使用前後に洗浄し 消毒をしましょう。

<食事の際は・・・>

- ・食べる前に必ず手洗いをしましょう。
- ・料理した物は常温で長時間放置せず、早めに食べましょう。
- * 少しでも異臭がする物は捨てましょう。

栄養科

6月の行事食とおやつ

《行事食》

10日(金)入梅

昔は立春から135日目とされていましたが 現在気象庁の発表する「梅雨入り宣言」が 目安になっています。また、梅が実る頃 だからその名が付けられました。 梅雨のじめじめを吹き飛ばす、彩りが きれいな枝豆ご飯、松風焼き はものにこごりを予定しています

22日(水) 駅弁

今月は山形の駅弁をご用意します。 鮭の味噌照り焼き、芋煮汁、赤かぶ漬け 白和えなどを予定しています。 他にも、炊き込み御飯、あさり御飯 冷やし中華などを予定しています。

《おやつ》

一週目 アイスクリームにチョコソースと ウエハースを添えて

二週目 上用まんじゅう

三週目 運動会(パン食い競争)

四週目 カップアイス

五週目 フルーツポンチ

