

《5月の取り組み》

桜ひらひらゲーム・・・2チームに分かれ、円形になり真ん中にある大きな筒に、うちわで風船を入れるゲームを行いました。風船数個を全て入れた方の勝ちという事で、皆さん懸命にうちわを扇ぎました。強く扇げば飛び過ぎ、弱ければ下に落ち、悪戦苦闘されていましたが、競争ということで楽しかったようです。

鯉の滝登りゲーム・・・向かい合った方と2人で協力し、棒についた布の鯉を巻き上げるゲームを行いました。息を合わせて棒を回し鯉を巻き上げ、元に戻したら隣の人たちへバトンタッチ！「巻いて巻いて～」「戻して！戻して！」と周囲の声援を受け、皆さん頑張っていました。

ボールをコロコロ・・・床に点数の書いた的を置き、的に向けてボールを転がし得点を競いました。勢いがついて転がりすぎたり、紙の厚みに引っ掛かって止まったりと、思いのほか苦労されていました。見事高得点に止まった時は「おー！」と歓声があがり、皆さんで楽しめました。

足相撲・・・2人組になり向き合って、足の上の土俵を揺らし紙相撲を行いました。一生懸命に足を動かしますが、動かしすぎて人形が倒れたり、慎重になり過ぎて人形が動かなかったり、周りの応援を背に皆さん盛り上がっていました。

\*「お手玉で山崩し」は次回掲載致します。

《6月の取り組み》

第一週 運動会・・・毎年恒例の運動会。今年も頑張ります！

第二週 輪唱・合奏・・・梅雨のじめじめ感を大きな声で吹き飛ばしましょう！

第三週 雨々ふれふれゲーム・・・逆さに吊るした傘にボールを投げ入れ競います。

第四週 風鈴作り・・・風鈴に絵を描いてオリジナルの風鈴を作ります。

ナース通信

もうすぐ梅雨になります。梅雨から夏にかけて気温が高く湿気が多い為、細菌が繁殖しやすいと言われていています。そこで気をつけなければならないのが**食中毒！！**

【食中毒】

《症状》腹痛、吐き気、嘔吐、下痢ですが発熱や血便も伴うこともあります。

《対策》

- ・調理前はしっかり**手洗い**をしましょう。
- ・調理器具や台拭きは**熱湯消毒**をしましょう。
- ・野菜などに付着している食中毒菌は**水で洗い流す**ことができます。
- ・消費期限を過ぎた食品は傷んだり、細菌の繁殖などが考えられる為**食べない**方がいいでしょう。
- ・冷凍した食品は室温で解凍すると細菌が繁殖しやすい為、**冷蔵庫内**や**電子レンジ**で解凍しましょう。

\*冷蔵庫に保存しても食べ物がしっかり冷めていないと食中毒菌が繁殖する危険があります。

栄養科

《6月の行事食とおやつ》

《行事食》

入梅 11日 枝豆ご飯、松風焼き、はものすまし汁

駅弁「山形」 26日 たけのご飯、赤カブの漬物、芋煮汁

今月の駅弁は山形県です。東北の田舎風献立をお楽しみ下さい。

\* 5日に茶そば、21日に冷やし中華を予定しています。

《おやつ》

アイスクリーム(1日)夏の訪れを感じるマンゴーとマンゴーソースを添えます。

パン食い競争(3～8日)

初夏の雫(10～15日)雨上がりの水面をイメージした可愛らしい羊羹です。

いちごババロア(17～23日)

やわらかおかき(えび、のりしお)(25～30日)