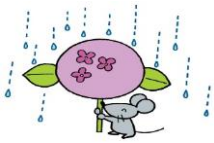
デイサービスだより

令 和　5年 5月 発 行
平賀デイサービスセンター

6月 行 事 予 定

1（木）
2（金）
3（土）
4（日）
5（月）
6（火）万年青大学（講師：成田理事）
7（水）
8（木）
9（金）
10（土）元気アップ体操
11（日）
12（月）ガール美容室
13（火）
14（水）
15（木）
16（金）
17（土）
18（日）
19（月）散髪日
20（火）
21（水）夏至
22（木）
23（金）元気アップ体操
24（土）
25（日）
26（月）
27（火）
28（水）
29（木）
30（金）



今月のおすすめ料理
【 チキンカレー 】
食欲低下や肝臓機能低下を防ぐ、究極の健康食です。上手に食べて体力アップ！

御家族の皆様へ

6月は梅雨入りとなります。気温、湿度が高くなり、脱水症になりやすい時でもあります。水分を多めに摂ることを心がけましょう。

朝晩はまだ肌寒さが感じられます。衣類の調整と体調管理を意識して行いましょう。又、夏を元気に迎える為、感染予防を継続していきましょう。

桜見物・おやつ作り

桜の開花に合わせて弘前公園の桜見物ドライブに出かけてきました。迫力のある外堀の桜の木は、いつ見ても感動しますね。帰りに猿賀公園の桜の前で記念撮影を行い楽しまれていました。

その次の週には桜団子作りです。桜の花びらをのせた団子を味わい、春の気分を満喫していました。

こどもの日

こどもの日にちなんで、折り紙を貼り合わせて鯉のぼりの飾りや、新聞紙で兜づくりを行いました。

「簡単で折りやすかった。」との感想が聞かれており、皆さん笑顔で被る様子が見られていました。

又、センターの廊下には「10問クイズ」も掲載しています。移動の際に脳トレも楽しんで下さい。

行事の様子等ホームページに載せておりますので是非御覧ください。
URL　http://ryokufu.or.jp
緑青園　検索