



< 今月の目標 >



春です。気温に合った服装で

快適に過ごしましょう！

・清明



4月5日頃春先の清らかで生き生きとした様子を表し万物が若返り、清々しく明るく美しい季節です。この頃は桜の花が咲き花見のシーズン。南の地方ではツバメが渡って来る頃。雨が多い時期で暖かくなった後に小雨が降り続いて寒くなったりもします。

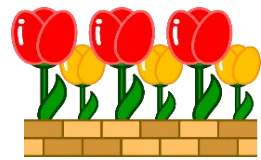
・穀雨



4月20日頃春雨が百穀を潤すことから名づけられたもので、雨で潤った田畑は種まきの好期を迎えます。この時季に雨が多いというわけではありませんが穀雨以降、降雨量が多くなります。

変わりやすい春の天気もこの頃から安定し日差しも強まってきます。昔からこの日を田植えの準備をする目安にしています。

○気温差が大きい時期



気温差が大きいいため服装に悩みますが、脱ぎ着しやすい服を選んで気温に合わせて調整しましょう。

入浴時に湯船にしっかりと浸かり、身体をを温めることも大切です。その他にも、十分な睡眠とバランスの良い食事も大切です。

誕生会



お誕生日おめでとうございます。3月の誕生者は10名様でした。職員が仮装したり、皆さんと歌を歌いお祝いしました。

特別メニュー



3月の特別メニューは2日(火)、8日(月)でした。ちらし寿司やハンバーグなどのメニューが出ましたが、「美味しかった、お腹いっぱい」と利用者様がとても満足そうに話されておりました。

壁画



今年の干支である「丑」の壁画が完成しました。利用者様に紙ちぎりなどを手伝って頂き、立派に仕上がりました。

4月の行事

- ・特別メニュー
14日(水)
22日(木)
- ・誕生会(3名様)
1日(木)