



【 今 月 の 目 標 】



梅雨時期は体調を崩しやすいので 体調に気を付けて過ごしましょう

衣替えの季節を迎え初夏の爽やかな風が心地良い季節となりました。汗ばむ日も多くなってきましたので、少し薄着になって過ごしてみましよう。梅雨になると体調を崩しやすく、食べ物も傷みやすい時期でもあります。できるだけ火を通し温め、栄養バランスの良い食事を摂取する事をおすすめします。

さて、新型コロナウイルスですが感染者が5月下旬から少しずつ減ってきてはいますが、まだまだ油断できない状況です。デイサービスを安心安全にご利用して頂けるよう皆様のご協力をお願い致します。

【ひらがな穴埋めクイズ】

空いているマスに文字を入れて5文字の言葉を完成させて下さい。このクイズは、記憶力、集中力、言語能力などの向上効果が期待できます。(答えは裏面にあります)

- ①□でどけ□ ヒント…時間
- ②お□し□ま ヒント…お正月
- ③□かなつ□ ヒント…川や海で
- ④□ど□しゃ ヒント…乗り物
- ⑤た□ごや□ ヒント…料理
- ⑥□□ぞ□こ ヒント…冷やす箱
- ⑦か□つ□□ ヒント…虫、あじさい
- ⑧□んじゅ□ ヒント…甘い食べ物

6月の行事予定



- ・誕生会(2名様) 10日(金)
- ・特別メニュー 10日(金)、18日(土)
- ・父の日(プレゼント作成) 13日(月)~18日(土)
- ・菖蒲湯週間 5月30日(月)~6月4日(土)

5月の誕生日会



5月の誕生日者は4名様でした。これからも体調に気を付けてお過ごし下さい。お誕生日おめでとうございます。

◎スペシャルゲストの紹介◎



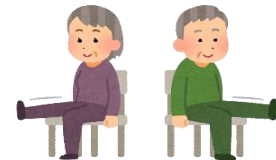
今月の誕生日会にもゲストが登場。あすかの内堀知事と相撲界のヒーロー若隆景がお祝いに駆けつけてくれました。快く握手会も開催してくれました。福島を桃をお土産に頂きましたが、とても軽い桃の箱（※中身は空っぽでした）で笑ってしまいました。

特別メニュー



栄養バランスの良いボリュームたっぷりのメニューに皆さん喜ばれていました。

運動の様子



午後の集団運動です。棒体操、ラジオ体操、足の四頭筋運動を実施しています。

答え ①う、い ②と、だ ③さ、り ④じ、う ⑤ま、き ⑥れ、い、う
⑦た、む、り ⑧ま、う