

恵潮苑デイサービス便り

〒988-0066

気仙沼市東新城2-2-3

TEL0226-21-1222

5月号

新緑の香りがすがすがしい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？今年には桜の開花が例年より早かったようですが、気が付けば山つつじの赤が山を彩りはじめ、私たちの目を楽しませてくれていますね。日本最大級のつつじの名所である徳仙丈山の見頃も、今年は少し早くなるかもしれませんね。また、5月はタラの芽やワラビ、ゼンマイなど山菜が旬を迎える季節でもありますね。苦みがあって苦手だという方も少なくないと思いますが、この苦み成分の正体「ポリフェノール」には強い抗酸化作用があり、若返りやストレスの改善などにも効果があるそうですよ。山菜に限らず、旬のものは栄養がたっぷり含まれているので、四季の移り変わりを感じながら季節の食材を味わうのもいいですね。

たくさん栄養を摂って、適度に体を動かし、休養をとりながら、今月もお元気で通っていただきたいと思います。

第2週 お花見ドライブ

市内の学校や神山川、高田、室根方面へとお花見ドライブに出かけ、満開の桜を満喫してきました！



恵潮苑の脇にある土手の枝垂れ桜も見事に咲きました！

デイサービス日記

第1週 ゲーム大会

春にちなんだ様々なゲームを楽しみました。



キャベツの虫取りゲーム



恵潮苑商事入社式ゲーム
(自己紹介を兼ねて)



いちご狩りゲーム



枯れ木に花を
咲かせましょう



春の花に合わせてボールを
投げ入れてゲーム



お題をクリアせよ！どっちが早く
戻ってされるかゲーム



第3週 頭の体操

間違い探しや歌詞の穴埋め問題、ジェスチャーゲームなどに取り組みました。



第4週 工作

きれいな藤の短冊飾りが出来上がりました。



★お願い★

衣類やタオル等には、必ず名前
の記入をお願いいたします。

◆職員募集のお知らせ◆

只今なかつうみ会では、介護職員を
募集しております。興味のある方は、
ぜひお問い合わせください！

5月の活動

- 4月30日～5日 春の運動会
 - 7日～12日 つつじ見物ドライブ
 - 14日～19日 生き生き活動
 - 21日～26日 ゲーム大会
- ※花の咲き具合で、日程が変更となる場合があります。