

聖明デイケア通信

2019年4月1日 発行 第12号

4月は新年度のスタートですね。4月になると、いままでの良くなかった行いを全部リセットして、やり直せるような、新鮮な気持ちになれるような気がする方もあるのではないのでしょうか？ 気候も段々と暖かくなってきています。気持ちも晴れやかに、回復に向けていっしょに進んでいきましょう！！

3月のデイケアでは、お楽しみのカラオケが月に2回に増えたり、道路の凍結のためお休みとなっていた日帰り温泉が復活したりと、活動的な月になりました。園芸活動も春～夏に向けて土作りをはじめました。今年度はどんな野菜ができるのか楽しみです。



観梅～岩本山～

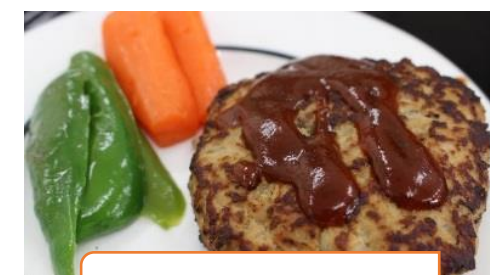
市内にある岩本山公園まで梅の花を見に行ってきました。赤、白、ピンクなどいろいろな色の梅の花が咲いているのを見ることができました。梅の花を見て、男性の利用者さんたちも「きれいだね」「かわいいね」と話をしていました。梅の花を見てそう感じられる心、とても素敵だなと思いました。



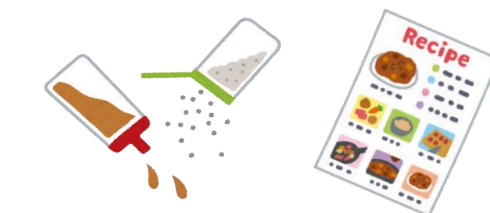
今月の料理教室は、簡単なものから本格的なものまでいろいろな料理に挑戦しました！焔で採れた野菜を使ったり、利用者さんからのリクエストの中からできそうなものをチョイスしました。なかでも肉じゃがはとても好評でした！！回復に向けて規則正しい食事とても大切です。デザート作りは空いた時間を埋める作業や趣味や楽しみのひとつになるかもしれません♪肉じゃがは1品でお肉も野菜も取れて健康的ですよ♪デイケアで安くて美味しい、しかも簡単な料理に挑戦してみませんか？



しいたけのお吸い物



しいたけ入りハンバーグ



人参のグラッセ



ルッコラのサラダ



肉じゃが



いちごのムース

