

5月スケジュール

2024年5月	月	火	水	木	金	土	日
午前			1 マットエクササイズ カレンダー作り	2 ハンドベル ミーティング	3 昭和の日 室内スポーツ	4 みどりの日 料理 (自炊ランチ)	5 こどもの日
午後			ミーティング 園芸	散歩 室内エクササイズ	認知行動療法 (物質)	ミーティング	お休み
夜			読み合わせ				
午前	6 振替休日 ミーティング	7 室内スポーツ	8 ハンドベル	9 マインドフルネス 料理 (惣菜)	10 簡単ヨガ おやつクラブ	11 ミーティング カレンダー作り	12 お休み
午後	おやつクラブ 映画	認知行動療法 (物質)	ミーティング	駿河探訪 マットエクササイズ	認知行動療法 (物質)	木工	お休み
夜			読み合わせ				
午前	13 室内スポーツ	14 認知行動療法 (物質)	15 委員会活動 ミーティング	16 おやつクラブ アンガーマネジメント	17 認知行動療法 (物質)	18 ミーティング	19 お休み
午後	女性ミーティング 簡単ヨガ	ハンドベル ミーティング	映画	日帰りの湯 ミーティング	リラックスタイム	木工	お休み
夜			読み合わせ				
午前	20 マットエクササイズ マインドフルネス	21 バーベキュー (季節行事)	22 ハンドベル	23 料理 (スイーツ) ミーティング	24 室内スポーツ	25 ミーティング おやつクラブ	26 お休み
午後	創作 ミーティング	認知行動療法 (物質)	料理 (パン作り) マットエクササイズ	園芸	認知行動療法 (物質)	映画	お休み
夜			読み合わせ				
午前	27 アンガーマネジメント 簡単ヨガ	28 認知行動療法 (物質)	29 カラオケ	30 室内スポーツ	31 ハンドベル	●スケジュール内容に変更になる場合があります。 ●毎週水曜日は20時迄のデイナイトケアとなります。 ●27日は雑弁当の日に なります。 ●5月から“ピラティス”のプログラム名を“マットエクササイズ”に変更しています。	
午後	駿河探訪	園芸	ミーティング	映画	認知行動療法 (物質)		
夜			読み合わせ				

おやつクラブ

クラブメンバーで計画を立てて作りたいおやつに挑戦しています。

ショコラチーズケーキ



チョコパフェ



抹茶とあんこの
ホイールケーキ



抹茶とホワイトチョコの
マフィン



オリシナ
の素
が
出
ま
し
た
♪

チョコレート味の
チーズケーキ。
どんな味がドキドキでしたが、
大満足！おいしい♪





今月は抹茶を使ったスイーツを作りました。アルミホイールで蒸し焼きすると驚くほどしっとり。あんこをはさんで和風に♪どちらもおいしい♪

料理

総菜

【キャベツと玉ねぎの
コールスロー風サラダ】



スイーツ

【抹茶甘納豆パウンドケーキ】



春キャベツと新玉ねぎを使って。旬の野菜で美味しくできました。

抹茶生地に甘納豆を混ぜ込んで、パウンドケーキを作ってみました。たくさん作って、利用者様全員で試食。とっても好評であったという間になくなってしまいました。

自炊ランチ

【チキンカレー/ブロッコリーと卵のサラダ】



今月は、利用者アンケートでカレーライスの希望を採用しました。いつもは豚肉が多いので、今回は鶏もも肉を使ったチキンカレー。豚肉や牛肉が苦手な人も食べることができてよかったです。サラダも大好評でした。味付けのポイントは練乳です。自炊ランチは、利用者様のアンケートから、できる限り取り入れるようにしています。是非、リクエストしてみてください。

外はパリッ中はふっくらもちりしたバターロール生地の中にバターとあんこを巻き込んだ和洋折衷なパン♪あんこバターを巻き込んで形を作るところで苦戦しましたが、とってもおいしくできました♪次回は、ピザパンになりました。甘いパンの次は、やはり、塩気のきいたパンが食べたくなりますね。次も楽しみです。

園芸

～収穫・種まき・植付け～



秋に種まきしたスナップエンドウが収穫できるようになりました。



3月～4月にかけて10種類以上種まきしました。オクラにピーツにスッキーニ、大根、ごぼう、人参、枝豆、ほうれん草…これらが楽しみです。



じゃがいもの芽かきと追肥をしました。今年はキタアカリという品種に加えて、インカのめざめという新しい品種に挑戦しています。大きさは卵くらいと小さめですが、濃い黄色と強い甘みが特徴で高級じゃがいもとして扱われているそうです。うまそうつが楽しみです。

5月の予定

興味のある方、不明な点のある方はスタッフまでお声掛けください。

【おやつクラブ】
5/6 シフォンデコレーション
5/10・5/16・5/25 柏餅



【料理】
5/9 春キャベツのチーズチヂミ
5/23 黒糖蒸しパン
【パン】 5/22 ピザパン

【園芸】
5/1 植付け (ミニトマト/小玉スイカ
ミニカボチャ/メロン/なす/胡瓜)
じゃがいも芽かき・追肥・土寄せ
5/23 植付け (薩摩芋・里芋・しょうが)
5/28 植付け (オクラ・ズッキーニなど)
収穫 (玉ねぎ・ニンニク)

※天候や野菜の成長によって変更する場合があります。

【駿河探訪】
5/9 (木)・5/27 (月)

パークゴルフ
(御殿場 樹空の森)



【映画】

5/6 『エクスペンダブルズ』
5/15 『グリーンマイル』
5/25 『リボルバー・リリー』
5/30 『エクソシスト 信じる者』

