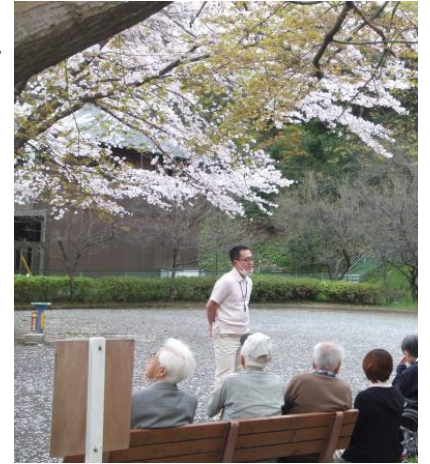




今年の桜は4月の上旬まで楽しめましたね。多摩市内の桜の名所を送迎車で巡り、満開の桜の花を見学しました。

今はハナミズキや八重桜、

アイリス（あやめ）等が見頃となっていますね。ケアセンターの近くにもハナミズキの並木があり、白やピンクの花を咲かせています。



5月に入ると新緑の眩しい季節となります。新緑を眺め深呼吸をしてゆったりした気持ちで毎日を送りたいですね。

《 5月（皐月）今日は何の日 》

1日 八十八夜 立春から88日目にあたる日の夜のことで、茶畑では茶摘みが始まり、夏の準備を始める節目となります。

3日 憲法記念日 1947年のこの日に日本国憲法が施行されたことを記念して政令した。

4日 みどりの日 「自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心を育む」ことを目的とする国民の祝日。平成18年までは4月29日でしたが、平成19年からこの日になりました。

5日 こどもの日 子供の人格を重んじ幸福をはかると共に母に感謝する日。

5日 立夏 この日から立秋の前日までが暦の上では夏とされ、山々に緑が茂り、田植え等の農作業が最盛期を迎えます。

8日 母の日 日頃の苦勞をねぎらい、母への感謝を表す日。

20日 小満 草木が勢いを増して生い茂り、天地に生命力が満ちるころ。



《活動報告》 第3回ボランティア感謝祭



3月26日（土）に「ボランティア感謝祭」を開催しました。特養、デイのボランティアさん9組12名の方が参加され、有意義な時間を過ごしました。

普段はボランティアさん同士が顔を合わせることはないのですが、和光園の昼食を試食して頂きながら、お互いに色々なお話をされ交流を深めることができたようです。



その後はボランティアさんの日常の活動を見て頂いたり、利用者さんのピアノ演奏で『和光園の歌』を皆で一緒に唄いました。

最後は各ボランティアさんへ、利用者さんから感謝状を手渡し、

感謝の気持ちを伝えました。

これからもボランティアさんが活動しやすい環境を整え、利用者さんに

楽しんでいただけるよう努めてまいります。ボランティアコーディネーター 田中栄子



行事のお知らせ 《母の日のつどい》

日時：平成28年5月8日（日） 午前10時から午後3時半

会場：和光園、和光園ケアセンター

内容：作品展示、バザー、模擬店



アトラクション 『あっちゃんゆうちゃん音楽コンサート』

- 模擬店での飲食やバザー会場での買い物は有料になります。
- 作品展示は日頃の活動の成果を展示します。
- ご家族さまとご一緒に参加される方には送迎サービスを実施しています。

別紙ご案内を確認して下さい。

平成28年 5月

月間プログラム

様

多摩市和光園ケアセンター

電話 042-375-9888

月	火	水	木	金	土
迎え : 送り :	迎え : 送り : 	迎え : 送り :	迎え : 送り :	迎え : 送り :	迎え : 送り :
2	3 	4 	5 	6	7
菖蒲湯 リハビリ体操 絵手紙クラブ	菖蒲湯 憲法記念日 すごろくゲーム 多摩市すごろく製作	菖蒲湯 みどりの日 だるま落としゲーム 麻雀大会	菖蒲湯 こどもの日 ケアセンターかるた大会 ちぎり絵製作	菖蒲湯  カラオケ大会 陶芸クラブ	菖蒲湯 オカリーナ鑑賞会  陶芸クラブ
9	10	11	12	13	14
カラオケ大会 ハーモニカ(交流)  陶芸	バックキックゲーム おとなのぬりえクラブ	神経衰弱ゲーム 折り紙(交流) 	音楽レクレーション 多摩市すごろく製作 リハビリ体操	大漁ゲーム 陶芸クラブ	リハビリ体操 おやつクラブ(会議)
16	17	18	19	20	21
 体重測定 『磯笛会』歌謡ショー 陶芸  リハビリ体操	体重測定 お次の方に渡してねゲーム 書道 	体重測定 大漁ゲーム セラピーティックケア 	体重測定 カラオケ大会  和光園温泉(足湯の日) 	体重測定 玉入れゲーム 川柳を楽しむ会	体重測定 リハビリ体操 陶芸クラブ オカリナ(交流) デザートバイキング
23	24	25	26	27	28
リハビリ体操  和光園温泉(足湯の日)	ゴールを狙えゲーム  和光園温泉(足湯の日)	カラオケ大会  和光園温泉(足湯の日) リハビリの日 	リハビリ体操 そろばんクラブ	荒波を越えろゲーム おとなのぬりえクラブ	カラオケ大会 おやつクラブ(調理) リハビリの日 
29	30	 			
太鼓民謡鑑賞会  陶芸	カラオケ大会 書道 				

*プログラムは都合により変更する場合があります。

*赤字のプログラムは事前申し込みによる有料プログラムになります。

*道路事情により多少時間が前後することがありますが、ご了承ください。

*お休みをする場合は必ずケアセンターに連絡をお願いします。



平成28年5月 昼食予定献立表



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
ご飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め 切昆布と蓮根の炒り煮 胡麻味噌和え 煮りんご	けんちんうどん 昆布豆 胡麻味噌和え 抹茶ゼリー	御飯 かきたま汁 カレーのホイル焼き さつま芋のレモン煮 生姜サダ 人参ゼリー	筍ご飯 吸い物 刺し身(ネギトロ) ベジのすけの煮物 柔らかよもぎ団子	御飯 味噌汁 ピーマンの肉詰め焼き ひじきと竹輪の炒り煮 胡麻酢和え 苺ミルクプリン	御飯 中華スープ 八宝菜 焼売 鶏辺和え 青リンゴゼリー
9	10	11	12	13	14
五目炒飯 白菜スープ 焼売 ブロッコリーとハムの和え物 杏仁豆腐	ご飯 味噌汁 牛肉とサヤの炒め物 山菜の炒り煮 コールスローサラダ 煮リンゴ	鮭ごはん 野菜汁 がんもの煮物 ところてんの和え物 黒胡麻プリン	ぶっかけうどん 南瓜のいとこ煮 胡麻和え 黒糖ゼリー	ご飯 味噌汁 白身魚フライタルソース 切昆布の炒り煮 人参サラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 白身魚のカレームニエル 大豆とひじきの炒り煮 シルバーサラダ コーヒーゼリー
16	17	18	19	20	21
ネギトロ丼 吸い物 高野豆腐の煮物 胡麻味噌和え フルーチェ	ご飯 味噌汁 鯖の文化干し 卵の花の炒り煮 ピーナツ和え 苺ゼリー	天津飯 中華スープ そばろ煮 中華風サラダ 杏仁豆腐	ご飯 かきたま汁 鯖の味噌漬焼き 切干の炒り煮 クルミ酢和え 煮りんご	冷やしおかめうどん 南瓜煮 おかか和え みかんの牛乳かん	ご飯 味噌汁 鶏唐揚げのほろおろし煮 切昆布の炒り煮 茹で野菜サラダ デザートバイキング
23	24	25	26	27	28
ご飯 味噌汁 メカジキの和風ムニエル じゃが芋とひじきのそばろ煮 炒めサラダ 黒糖ゼリー	五色うどん 南瓜のミルク煮 辛子和え りんごゼリー	牛丼 味噌汁 ベジのすけの煮物 胡麻醤油和え パインゼリー	ご飯 味噌汁 鶏肉の味噌マヨネーズ焼き 胡麻煮 シルバーサラダ 柚子ゼリー	五目寿司 吸い物 魚河岸揚げのおろし煮 ピーナツ和え 水ようかん	ご飯 味噌汁 カレーのもろみ焼き そばろあんかけ 煮浸し みかんゼリー
30	31				
ご飯 ツツムスープ 煮込みハンバーグ 金平牛蒡 マカロニサラダ コーヒーゼリー	ご飯 かきたま汁 鶏唐揚げの葱ソースかけ 切干の炒り煮 ところてんの和え物 フルーツ				

*食材の都合によりメニューを変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

