

ごめんください。中島村から来ました

デイサービス ひかりの里です

☆活動案内☆笑顔いっぱいですよ☆



ひかり食堂



鯉のぼり風サンド
5月14日(水)

フルーツミニパフェ
5月20日(火)

あんバターどら焼き
5月29日(木)



お問い合わせ先
社会福祉法人 コスモ福祉会
デイサービス ひかりの里
0248-21-5971

～編集より～
4月のレクリエーションは、音楽に合わせて身体を動かしたり、オセロ、将棋、ジェンガ、ストラックアウト、互いに協力し合い、リレー方式で戦うなどのレクをおこないました。
5月の壁面、カレンダーのテーマは「こいのぼり」。大きいこいのぼりを作る為、みなさんには、紙をちぎって貼り付ける作業をしていただきました。カレンダーも順次配布しますので、是非飾ってみてください。

ごめんください〜中島村から来ました

デイサービス ひかりの里です

☆活動案内〜笑顔いっぱいですよ☆



3月壁面



3月の調理レク

ちらし寿司

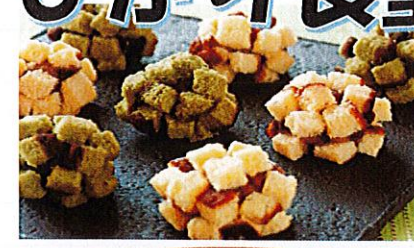
桜餅



ひかり食堂



4月10日(木)
キャンディーロール
サンド

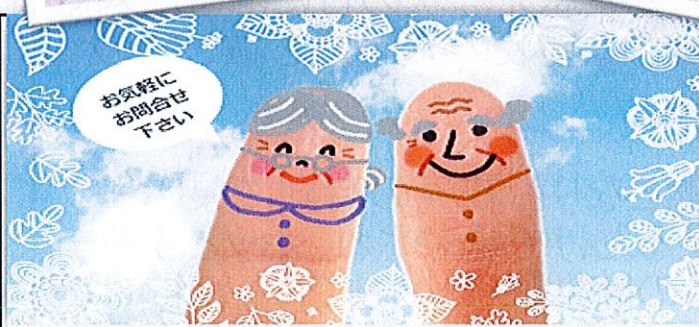


4月16日(水)
2色のカステラ
ボール



4月22日(火)
だいふく生春巻き

〜編集より〜
4月がスタート！！3月の調理レクでは、ちらし寿司・桜餅・ぼた餅をみなさんと一緒に作りました。
レクリエーションでは、手指、手首、腕、足を使ったレクを中心に競争し合ったり、また協力し合いながら身体を動かしました。4月の壁面【さくら】、カレンダー【いちご】をテーマに制作したので是非自宅で飾ってみてください。
4月も身体を動かしたり、製作したりその日が楽しい一日になるように盛り上げていきたいと思います。



お問い合わせ先
社会福祉法人 コスモ福祉会
デイサービス ひかりの里
0248-21-5971

デイサービス
ひかりの里

4月の献立表

休業日
土曜日・日曜日

デイサービスひかりの里の昼食は平均して500kcal～550kcalで提供しています

デイサービス「ひかりの里」

4月のレクカレンダー

デイサービス ひかりの里
住所：中島村大字滑津字宿裏10-1
電話番号：0248-21-5971

曜日	月	火	水	木	金
昼食		1	2	3	4
		豆ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		赤魚の野菜あんかけ	ハンバーグ	あじの南蛮漬け	牛肉のカレー炒め
		切り干し大根の煮物	カリフラワーとカニカマのサラダ	じゃが芋の炒め煮	かぶとえびの含め煮
		フルーツ盛り合わせ		フルーツ(みかん)	香の物(桜だいこん)
		お吸い物	フルーツ(キウイ)	味噌汁	味噌汁
おやつ		おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ

曜日	月	火	水	木	金
昼食	7	8	9	10	11
	ハヤシライス	たけのこご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	ポテトサラダ	さわらの木の芽焼き	芋	八宝菜	しいらの和風ムニエル
	ヨーグルトデザート	卵豆腐のくずあんかけ	菜の花の酢みそかけ	焼売	畑菜のお浸し
	ピクルス	フルーツ(オレンジ)	フルーツ(バナナ)	杏仁フルーツ	フルーツ(パイナップル)
		とろろ茶そば	お吸い物	中華スープ	味噌汁
おやつ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ

曜日	月	火	水	木	金
昼食	14	15	16	17	18
	ご飯	ご飯	春のたまご丼	ご飯	ご飯
	チキンカツ	豚肉のゆず醤油炒め	ほうれん草のピーナッツ和え	さばの生姜煮	豆腐ハンバーグ
	冬瓜の煮物	ミモザサラダ		キャベツのゆかり和え	菜の花の辛子和え
	フルーツ(みかん)	フルーツ(キウイ)	フルーツ(オレンジ)	フルーツ(パイナップル)	フルーツ(白桃)
	お吸い物	味噌汁	お吸い物	味噌汁	味噌汁
おやつ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ

曜日	月	火	水	木	金
昼食	21	22	23	24	25
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鶏肉の梅肉焼き	かれの焼き浸し	麻婆豆腐	豚肉ときのこの炒め物	サバの味噌煮
	きんぴらごぼう	なすの炒め物	春雨サラダ	キャベツのサラダ	小松菜の磯和え
	菜の花のくるみ和え	フルーツ(オレンジ)	フルーツ(パイナップル)	フルーツ(キウイ)	フルーツ(ミックス)
	お吸い物	味噌汁	中華スープ	味噌汁	お吸い物
おやつ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ

曜日	月	火	水
昼食	28	29	30
	ご飯	ご飯	ポークカレー
	牛すき煮	白身魚の菜種焼き	コールスローサラダ
	じゃが芋のたらこ炒め	若竹煮	フルーチェ(いちご)
	フルーツ(キウイ)	フルーツ(オレンジ)	香の物(福神漬)
	味噌汁	味噌汁	
おやつ	おやついろいろ	おやついろいろ	おやついろいろ



月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	ストラックアウト	紅白玉入れ	風船ピンポン	タオルでお手玉ホイ
7	8	9	10	11
5月カレンダー作り 壁面作り	ふまねっと運動	5月カレンダー作り 壁面作り	調理レク	5月カレンダー作り 壁面作り
14	15	16	17	18
ひも通しリレー	5月カレンダー作り 壁面作り	調理レク	5月カレンダー作り 壁面作り	ヒモで風船入れ
21	22	23	24	25
新聞綱引き	調理レク	棒体操	魚釣り	ねじって手渡しゲーム
28	29	30		
風船バレー	カラオケ	まきまき綱引き		

デイサービスからご利用者様・ご家族様へ

4月は、日本にとって新たな始まりの季節です。桜が咲き誇る中、新年度のスタートや伝統的な行事が多く行われます。4月の前半は天候が安定せず、気温が上昇したかと思えば次の日にはまた寒く大荒れの天気になるといったことがよく見られます。昼夜の気温差も激しいので、体調を崩さないよう注意が必要な時期です。

4月といえば『桜』ですね。桜が開花され、満開となりお花見の時期になります。福島県も多くの花見スポットがあります。見るだけで癒やされ、ホッとする一面もあり、写真撮影やお酒を飲み交わすなどこの時期にピッタリです。満開は、箇所によって異なりますが、福島県は早い所では、4月初旬、中旬が見頃と予想されていますので、春を感じさせる桜を見に行かれてはいかがでしょうか！！