

ふれあい

平成30年3月号

大森高齢者在宅サービスセンター
☎03-5471-2702

わかばコース

♪今月の歌♪

午前… ♪どこかで春が ♪早春賦
♪朧月夜 ♪うれしいひなまつり/揚げば尊し

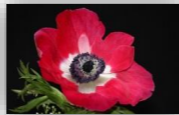
午後… ♪春の小川 ♪ Gondolaの唄
♪花笠音頭 ♪贈る言葉

☆ゲーム 【 サークルタッチボール 】
床に敷かれた得点入りの的に重量感のあるボールを転がし、
得点を競って楽しみましょう♪

✂️手作り 【 素敵な花園 】
色とりどりの折り紙で素敵なお花を咲かせましょう♪

3月午後の活動予定

3月誕生花
アネモネ



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				手作り 脳トレ	ゲーム	音楽 リハビリ
				← 体重測定 →		
4	5	6	7	8	9	10
	手作り 脳トレ	手作り 脳トレ	ゲーム	ゲーム	音楽 リハビリ	渡邊OT レク
	← 体重測定 →			井上PT		
11	12	13	14	15	16	17
	ゲーム	書道	渡邊OT レク	手作り 脳トレ	詩吟	ゲーム
	井上PT		押し花			七宝焼
	← 誕生会 →					
18	19	20	21	22	23	24
	音楽 リハビリ	ゲーム	音楽 リハビリ	職員混合 カラオケ大会	茶話会	手作り 脳トレ
						渡邊OT
25	26	27	28	29	30	31
	ゲーム	音楽 リハビリ	渡邊OT レク	音楽 リハビリ	手作り 脳トレ	カラオケ大会

毎日午前・午後に作業療法士が作成したリハビリ体操を実施します。
午前中は、今月の歌の歌唱・体操・脳トレ等を行います。
*都合により、予定していたプログラムを変更する場合があります。

豆まき

2月の1日(木)～3日(金)に豆まき大会を行いました。
手作りの枀に豆を入れ職員が扮する鬼が登場すると、威勢の
いい利用者の掛け声とともに『鬼は外～!!』と力強く豆を投げて
邪気(鬼)を祓いました。



～行事食～

3月1日(木)、2日(金)、3日(土)の昼食は【ひな祭り】にちなんだ
行事食の予定です。追加利用のご要望に対応しておりますので、
ご希望の方は職員までお声掛け下さい♪



左の写真は昨年の行事食になります。
今年もひな祭りの気分を味わって
頂こうと考えております。



～美味だより～

【おいしいってどんな味?】

*食事をすると、「甘い」「すっぱい」「にがい」等舌は色々な味を感じます。
味は全部で5種類あり、甘味、塩味、酸味、苦味、うま味があります。
これを基本味と呼びます。

5つの基本味の食べ物

- 甘味(あまみ)・・・砂糖、チョコレート、ケーキ、まんじゅう、等
- 塩味(しおみ)・・・塩、醤油、味噌、等
- 酸味(さんみ)・・・酢、梅干し、レモン、グループフルーツ、等
- 苦味(にがみ)・・・コーヒー、ビール、ピーマン、パセリ、等
- うま味(うまみ)・・・昆布、かつおぶし、干しいたけ、貝類、等

