

# デイサービス まなぐら

## 2019 4月

☎(084)976-8750

# 一年を振り返ってみましょう

18日(月)~23日(土)

昨年4月から今年の3月まで、撮りためておいた写真をみなさんと思い出を語りながら整理しました。ひと月づつ大きな模造紙にまとめて貼り、壁一面に掲示してあります。掲示してある写真を毎回じっくりと眺めている姿も見られました。

一年間掲示する予定です。ご家族の方もまなぐらへ来られる事がありましたら、デイサービスの部屋を覗きに来てみて下さいね。みなさんの素敵な笑顔がお待ちしております。



今年は、暖冬だったから桜も早く咲くのかなあと期待していたのですが…あまり変わらず、桜はマイペースに咲き始めましたね!  
 新元号も発表され、新年度も始まりますよ!!  
 ワクワクが止まりませんね!!今年も楽しい事盛りたくさん企画します!!  
 何が出るかは…お・た・の・し・み・に♡

### 4月の行事

- 4日(木) お花見弁当でピクニック
- 12日(金) お楽しみおやつプレート
- 13日(土) 交流訪問「なんでも会」
- 17日(水) 料理の日「春の和風パエリア」  
交流訪問「三味線」
- 18日(木) 交流訪問「とんぼの会」
- 29日(月) お楽しみの日「新元号と撮る」
- 26日(金) お風呂の日「さくら風呂」

### ひし餅風押し寿司

1日(金)

ひな祭りも近いので、ひし餅をみなさんの大好きなお寿司で作ってみました。  
 牛乳パックをひし形にして、青のりや桜でんぶで色を付けて…ギュっギュっとスプーンで押し押し寿司を作り、仕上げにサーモンのバラで飾りつけ完成しました。



### お好み焼き

11日(月)

広島県民のソールフードと言うと…

そう!!お好み焼きですね!

みなさん慣れた手つきで、具材を混ぜたり、お好み焼きをひっくり変えしたりされてました。みなさんの腕に染みついた技ですね!



5月の予定は、ただ今全力で企画中です。  
 来月のおたよりを楽しみにお待ちしております。  
 すみません…



### 理学療法士のワンポイントアドバイス

#### 歩き始めの第一歩



1. 杖や押し車を使う方は持ちます。
2. 足元から 2~3m 先までの安全を確認します。
3. 両足にかかっている体重をわずかに片側に移し、反対側の足を前に出します。
4. 体を前に傾けて足をだすのは危険です。