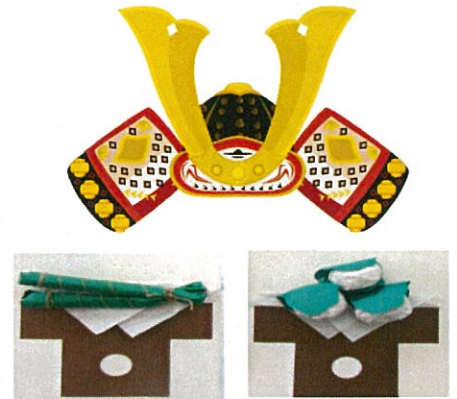
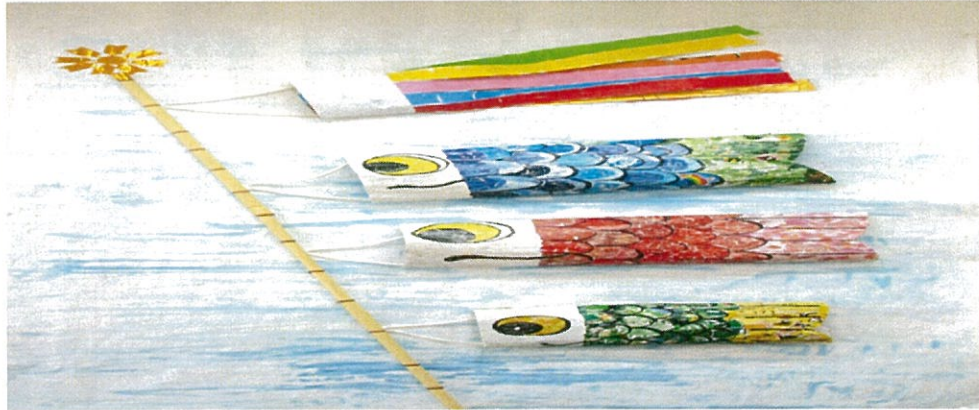




青い宙から

デイサービス青い宙便り
 平成27年5月1日発行
 発行者 (株)ハイシス デイサービス青い宙
 発行責任者 石田 京子
<http://www.aoisora-ds.jp>

平成27年5月号 (第7号)



『デイサービス青い宙』 1周年感謝の集い

当デイサービス青い宙は、昨年6月にOPENし、お陰様で1周年を迎えます。
 この1年を振り返ると、至らぬことばかりの日々ではありましたが、関係者の皆様方と地域の皆様方の温かいご理解とご協力に支えられてきたと、感謝の気持ちでいっぱいです。
 また、新たな気持ちで2年目を頑張る!!という決意を込めて、ささやかではありますが、「1周年感謝の集い」を開催したいと思っておりますので、皆様お誘い合わせのうえ、是非、お立ち寄り下さい!!

日時：平成27年6月6日(土) 午後1時30分～

場所：デイサービス青い宙 駐車場

内容：訪問歯科の先生による無料お口の健康相談会、
 ヤクルト健康教室、バザー、焼きそば、かき氷 他



青宙レストラン

～ 筍と牛筋の煮込み～

筍には、疲労回復効果があり、カリウムを豊富に含み、ナトリウム(塩分)を排泄する役割があり、高血圧に効果があります。又、足などのむくみをとる作用もあります!!
 食べても分かる通り、食物繊維を豊富に含んでいるため、便秘や大腸がんなどの予防に効果があります。

食べ過ぎると吹き出ものやアレルギーに似た症状を起こす事があるので注意です。



材料 (大皿)

- ・ あく抜きした筍 500g
- ・ 牛すじ 250g
- ・ 砂糖 大さじ 3
- ・ みりん 大さじ 1
- ・ 醤油 大さじ 4
- ・ 料理酒 大さじ 1



作り方

- ① 牛すじを下茹でし、軽く水で洗い、食べやすい大きさに切る
 - ② 茹でたたけのこを一口サイズに切っておく
 - ③ 鍋に水とスジ肉、たけのこを入れて火にかけて調味料を全部入れ弱火で1時間半ほど煮る
- ★ 落とし蓋をしておくとそのままほおっておけます!

4月の活動

オセロ対決!!

傑作☆めり絵

季節の壁画作り



麻雀



散歩



4月お誕生会



折り紙スワン作り



鯉のぼりの置物作り



習字教室



お手玉投げゲーム



足湯浴



お花見



【思い叶え隊】出動!!

日々の生活の活性化と目標に合わせた屋外活動の取り組み

お一人お一人のご希望をお伺いすると共に、ケアプランに沿った機能訓練の一助とさせていただきます。

4月はM・M様の思い・・・「ケーキを食べに行きたい!!」



5月の活動予定



貝殻すずめ作り

青い宙の近くの喫茶店へ出掛け、抹茶のケーキセットを食べられました。
 「良かったわあ、お店でコーヒーを飲んでケーキを食べるのは何年振りかなあ。。。おじいさん（ご主人）が生きると時はコーヒーが好きで、よう喫茶店に行きよった。コーヒーを飲みながら煙草を吸よったから、今日、前の方が煙草を吸よる煙の臭いも懐かしゅうて、昔に返ったような気がしたわあ。」と、とても感激されました。
 また、機会があったら来たいと話されながら、生き活きとした表情で帰られました。

青宙こぼなし

～青い宙でのある日の会話より～

〇さん、昔、日本舞踊を
 されていたんですよね？！
 今度教えてください！

スタッフ



子供の頃からあちこち
 踊りに行ったもんじゃ！
 今は、きりきりまい(舞)
 もできんわ。

〇さん

