

ゆしまの郷テイサービスだより

2018年5月号 TEL03-3836-3526

★5月の行事・レク予定

＊おやつ作り 5月15日（火）

フルーチェ作りを皆さんと一緒に
行います。どんなお味のフルーチェを
作るかどうかぞお楽しみに！

＊菖蒲湯

端午の節句に合わせて「菖蒲湯」を
予定しています。今年も元気に過ご
せますようにと願いをかけながら、
気分も新たに入浴したいですね。



卵の準備よ



美味しく出来たわ♪



『菖蒲湯の効能』

- 菖蒲湯とは5月5日の端午の節句の日に菖蒲の葉や根を入れて沸かすお風呂のこと。
- 菖蒲湯の効果について=腰痛や神経痛を和らげる効果が期待できます。
- 血行促進や保温効果の薬効がある。菖蒲には独特の香りがあります。
- 菖蒲湯にはアロマセラピー効果もあり心身ともリラックスする事を期待できます。
- 古くは中国の人々が長寿や健康を願って菖蒲を用いたそうです。



「さくら湯」
4月24日・25日に「さくら湯」を行
いました。桜色のお湯に浸かり気分
もリフレッシュされお花見の思い出
もとびだしていました。

4月16日（月）にどらやき作りをしました。職員と
一緒に力を合わせ、材料を混ぜ合わせ、ホットプレー
トで焼きあげました。
卵を割ったり、粉を泡だて器で混ぜ合わせたり、皆
さんと共に調理工程を楽しみながら行うことができ
ました。
卵を割るのが上手い方や混ぜ合わせるのがお上手な
方もいたりと普段とは違う表情を見せてくださいま
した。生地をフライ返しでひっくり返す事がお上手
な方は周りの皆さんから拍手を受けられました。
「あんこ」「ジャムバター」の2種類の味を作り
「美味しい！」と大好評でした。