

きよらか・生立通信「源氣」

平成29年
5月号
第66号



「きよらか・生立」理念

- 利用者の皆様が健康で安楽な生活が送れるようにする。
- 職員それぞれが働きやすく、スキルアップできる職場にする。
- 信用性・透明性を追求し、コンプライアンスを徹底する。

5月 レク予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	1日	2日	3日	4日	5日	6日
午前	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活
午後	ペタンク&カップゲーム	カーリング&ボール遊び	手工芸	風船パレー&輪っか抱い	カラオケ	ペタンク&ボール遊び
日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
午前	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活
午後	パンケーキ作り	コーラス隊	手工芸	カラオケ	琉舞練習	民謡ショー
日付	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活
午後	カーリング&ボール遊び	風船パレー&輪っか抱い	釣り大会	カルタ大会	玉入れ	カラオケ
日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活
午後	大山パーティース	ビデオ鑑賞&整容	手工芸	琉舞練習	カラオケ	民謡ショー
日付	29日	30日	31日	○5月のイベント案内		
午前	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	入浴・リハ・脳活	* 8日:おやつ作り(パンケーキ)		
午後	カラオケ	手工芸	カーリング&ボール遊び	* 18日:カルタ大会		
				* 体調管理に気をつけましょう。		

4月レクの様子

誕生会



♡ステキ♡

お誕生日おめでとう!!

かちやーしー!!

HAPPY BIRTHDAY

ダンス!

プレゼント頂きました!

○5月の誕生者○

★久○ シ○様★
大正12年5月5日
(94歳)

★金○ 三○様★
昭和10年5月9日
(82歳)

●事業所概要●

- きよらか (http://kiyoraka-shuri.com)
- 〒903-0806 那覇市首里汀良町3丁目111番地 汀良市営住宅2号棟 107号
 - ・きよらかデイサービスセンター(本店) Tell:098-885-8771 Fax:098-887-7796
 - ・きよらか居宅介護支援事業所 Tell:098-887-3334 Fax:098-887-7796
 - 〒903-0805 那覇市首里鳥堀町四丁目107番地 アーバンK1st 1階
 - ・きよらかデイサービスセンター(鳥堀) Tell:098-885-3760 Fax:098-885-3761
 - サービス付き高齢者向け住宅●
 - 〒903-0806 那覇市首里汀良町3丁目49番地2 首里駅前老人ホーム
 - ・「首里駅前老人ホーム」へのお問い合わせはこちら→Tell:098-887-2121

空き情報(5月1日現在)
首里駅前老人ホーム 4床

施設のご相談等、お気軽にお問い合わせ下さい。
施設見学も随時受け付け中!
担当: 富間・武島・城間

★5月源氣ゆんたく豆知識★

(ゴーヤーの日)

5月8日は「ゴーヤーの日」です。平成9年(1997年)、沖縄県とJA(全国農業協同組合連合会)沖縄経済連が、ゴーヤーを広く知ってもらい、もっと食べてもらおうという思いから、定めたものです。語呂合わせ(5.8=ゴーヤー)に加えて、この頃からゴーヤーの生産量が増えることにちなんでいます。

ゴーヤー(ゴーヤ)は、本州では「にがうり」とも呼ばれ、その名のとおりほろ苦い味が口の中をさっぱりさせ食が進むので暑い夏の栄養補給として沖縄ではチャンプルーなどの郷土料理に欠かせない野菜になっています。また、収穫量も沖縄が1位、2位以降すべて九州が占めている事から、「南国の野菜」というイメージがあるようです。

(献の食材)

- 野菜・・・たけのこ、キャベツ、さやえんどう、春菊、落(ふき)、蕨(わらび)、玉ねぎ、アスパラ、グリーンピース、きゅうり、そらまめ、トマト、茄子(なす)、新じゃが
- 魚介・・・蛤(はまぐり)、鯖(さわか)、鰻(あじ)、いさぎ、鯉(かつお)、真鯛(まだい)、鱒(ます)
- 果物・・・いちご