

Sun Rise
陽光便り



2021年
4月号

サンライズ・メイト・パート 株式会社
 サンライズのデイサービス陽光
 事業所番号：1372112514
 ☎ 03-6807-2600
 担当：井上・関根

桜が開花し、早くも春風に舞い葉桜が目立ち始めていますが、温かい日差しに春を感じながら穏やかな日々を過ごしております。皆様の笑顔と温かい言葉に助けさせていただきながら、デイサービス陽光で楽しい時間を共に過ごせることに感謝申し上げます。これから夏に向けて体調管理と感染対策を怠ることなく継続していきたくと思っています。



東綾瀬公園の八重桜

送迎車からお花見です!

風船バレーボール

最初は風船を打ち合うだけでしたが、脳トレ要素を取り入れ、「数字を数えながら」や「しりとりしながら」など難易度を上げていくとなかなか難しく、体にも頭にも良い運動となりました。



いち! に!

さん!

春らしく花飾りを作りました。好きなお花を使ってフラワーアレンジです!

花飾り作り



季節の作品 はりねずみのいちご狩り



アマビエ工作

妖怪アマビエは疫病をしずめるご利益があるといわれているそうです。色々な可愛い顔が出来ました。



←アマビエ

いつもの楽しみ!

お昼ごはん

調理担当
 小川さん

肉厚で品のいい脂のあるキタノメヌケで栄養たっぷり!

- キタノメヌケのポワレ ● じゃが芋の煮物
- きゅうりの小海老和え ● すまし汁



メバルの仲間
 キタノメヌケ

- 195kcal
- たんぱく質: 15.2g
- 脂質: 6.3g
- 炭水化物: 19.3g
- 塩分: 2.0g