



新緑の頃、寒暖差が激しい日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。デイサービス陽光はいつも皆様、お一人、お一人に寄り添ったきめ細やかなサービスを提供できる様、つとめてまいります。

さて5月といえば、5日の『こどもの日』、五月人形やこいのぼりが印象的です。皆様はこの五月の節句ともいわれる由来をご存じでしょうか。

5月5日はもともと五節句の端午（たんご）の節句にあたります。端午の端は『はじめ』という意味で、『端午』は5月最初の牛（うま）の日のことでした。それが、午（ご）という文字の音が五に通じることなどから、奈良時代以降、5月5日が端午の節句として定着していきました。

また鎧や兜を飾ることは、武家社会から生まれた風習です。現在は鎧兜が身体を守るという意味が重視され、交通事故や病気から大切な子供を守ってくれるようお願いを込めて飾るようになっています。こいのぼりは、江戸時代に町人層から生まれた節句飾りで、子供がどんな環境にも耐え、立派な人になるようにとの立身出世を願う飾りだと言われております。こんな由来をふまえ、『こどもの日』を迎えてみてはいかがでしょうか。

皆様もこの季節、お体にお気をつけくださり、また是非、陽光にもお出かけ下さいませ。スタッフ一同、皆様のご来所を心よりお待ちしております。

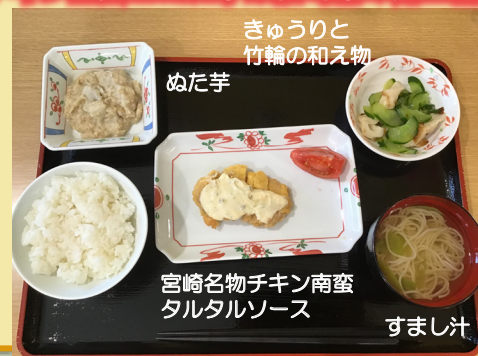
**外出レク** 藤の花見、スカイツリー、柴又帝釈天、西新井大師、上野不忍池に外出致しました。皆さん「普段来られないから連れて来てくれてありがとう」等とおっしゃられ大変喜ばれておりました。



出来たて  
 ほかほか!

## お昼ごはん♪

チキン南蛮とめた芋は宮崎県の郷土料理!



調理担当  
 塚原さん

- エネルギー 466kcal
- たんぱく質 17.8g
- 脂質 29.7g
- 炭水化物 31.5g
- 塩分 2.1g

きゅうりと  
 竹輪の和え物

めた芋

宮崎名物チキン南蛮  
 タルタルソース

すまし汁