

ひまわり

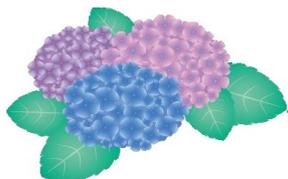
あさみぞハウス便り

第10号平成28年6月1日

社会福祉法人 喜楽会

小規模多機能型居宅介護 あさみぞハウス

相模原市南区当麻 893-8 ☎042-711-9435



水無月の由来は複数あります。水無月の「無」は「の」という意味の連体助詞「な」であり「水の月」であるとする説が有力です。神無月の「無」が「の」であり、「神の月」であるということと同じです。田植が終わって田んぼに水を張る必要のある月「水張月（みづはりづき）」「水月（みなづき）」であるとする説もあります。

文字通り、梅雨が明けて水が涸れてなくなる月であると解釈されることもありますが、これは俗説です。ほかに、田植という大仕事を仕終えた月「皆仕尽（みなしづき）」であるとする説などもあります。



5月は泳げ！鯉のぼりや大凧などイベント目白押しで楽しみました！！

今月の製作コーナー



▲皆様、つつい集中しちゃいます。

健康だより

高齢者の健康と運動について～その2～

腹筋・背筋が衰えると、姿勢が悪くなり、姿勢が悪くなると、腰痛などを引き起こしやすくなります。普段から姿勢を正すよう意識すると、腰痛予防になります。これから梅雨の時期になると、外に出るのが億劫になってしまいますが、無理のない範囲で日常的に良い姿勢を保つよう心がけ、適度な運動を行いましょう。

昼食のお味噌汁を作っています

あさみぞハウスでは昼食のお味噌汁を手作りしています。



▲今日もおいしく出来たかな～？！

今日のメニュー

今日は月に一度のお誕生日メニューでした



季節のてんぷら絶品でした～！



6月の予定



- | | |
|--------|-----------------|
| 6日(月) | 制作クラブ |
| 7日(火) | 制作クラブ |
| 9日(木) | 喫茶ひまわり |
| 15日(水) | 誕生日会 |
| 23日(木) | 喫茶ひまわり |
| 27日(月) | 外出支援
(横浜中華街) |

あさみぞハウスではご利用様を募集しております。

また、介護相談も承っておりますのでお気軽にお電話ください。

☎042-711-9435 担当：田代・仲田

「ひまわり」は喜楽会のホームページでもご覧になることができます。

あさみぞハウス

検索

平成28年6月より社会福祉法人喜楽会のホームページがリニューアルされます。ぜひご覧ください。ブックマークの変更お願い致します。

<http://www.kirakukai.or.jp>