

あまこだ新聞 ありんこ 5月号

行事のおしらせ

5/9 母の日イベント(歌)

14:00 開始、1Fにて



◎ 5月の日焼け◎

- 5月は、全天日射量(地表面に差し込む直射日光と、空気分子など)によって散乱されてくる太陽エネルギーの総量)が最も多くなります。
- 日中、暑く、夕方寒くなったりと、体調を崩しやすいので、上着を一枚脱いだり着たりなどしっかりと体温調節をしましょう!!

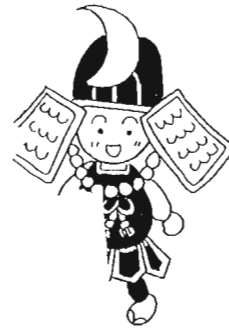
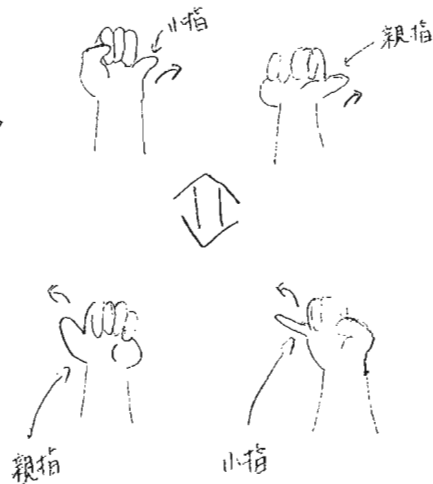
✳️ ミニリハビリ ✳️

★ 仲良し、親指、小指 ★

- ① ルール
- 歌にあわせて、親指と小指を入れかえます。まず、左手の小指、右手の親指を出し、次に左手の親指、右手の小指と(指が同じ方向を向くように出す)歌のフレーズごとにそれぞれの指を入れかえます。

- ② 目的、効果
- 両手の協調性、巧緻性の改善

認知症予防



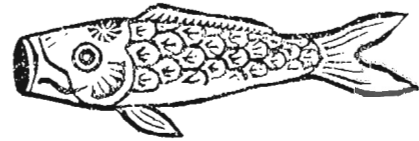
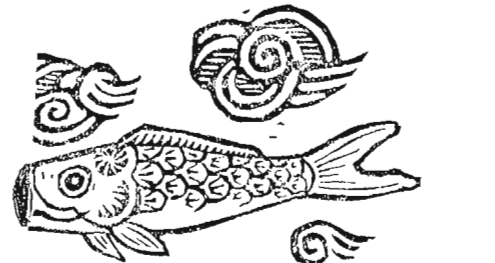
ここで、一句!!

笈も太刀も (おし) (たさ) 五月にがさげ (さつ)

糸織 (かみほり) 松尾芭蕉

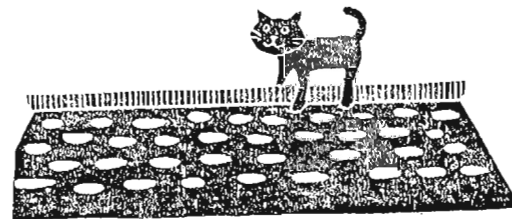
鯉のぼりの由来

男の子の出世を願って、鯉が滝を上って竜になるという中国の故事にちなんだものです。



← ぬり絵

自分の好きな色を使って自分だけの鯉のぼりを作成してみてください。



鯉のぼり