



# ルリエ新聞 5月号

医療法人清楓会 地域活動支援センタールリエ  
泉佐野市春日町1-25

☎ 050-1559-0531

開所日：月～金曜日 開所時間：9時半～17時



## 4月の活動記録

### ☆レクリエーション お花見 (4月5日)

ダンバラ公園にお花見に行きました。週間天気予報や開花予想をチェックしては、散ってしまうのでは…とハラハラしていましたが、当日は晴天！！桜はというと満開！！絶好のお花見日和でした(^o^) 公園に到着し桜の風景を楽しみつつ、ルリエ特製のお弁当を食べました。「お弁当も美味しい♪」「これで200円は安い！」と好評でした。写真を撮ったり、おやつを持参される方もおられ、各々お花見を満喫されていました。お弁当の後は公園内でバトミントンやリフティングをして楽しみました。



### ☆地域交流 (4月16日)

旧新川家で開催された、ふろしき手作りマーケットに出店させていただきました。休日にも関わらず2名の方がお手伝いして下さいました。この日のためにクラブ活動等でキャラクターマスコットやシュシュ、コースターなどの手芸品の製作を利用者、職員でしてきました。初出店ともあって、ドキドキしながらのスタート！なかなか立ち寄ってもらえず、声掛けや接客もたどたどしく、思うようには販売できませんでしたが、他の出店者の方に、お店の出し方などを教えて頂いたり、お買いものさせて頂いたり、地域の方とお喋りを楽しみました。物づくりを通じて交流する貴重な機会だったと思います。

### ☆スポーツ 卓球(4月6日) バトミントン(4月20日) フットサル(4月22日)

卓球、バトミントンは鶴原のNHG体育館、フットサルは榎井オークアリーナで実施しました。今後の交流会や大会等にむけてみんな一生懸命練習に取り組んでいました☆

## 健康ニュース

5月といえば新茶です。今年の八十八夜は5月1日だそうです。新茶は苦さ渋さが少なく、うまみや甘味が多く含まれています。もちろん美味しいだけでなく、ビタミンCを筆頭にビタミン類が摂れ、殺菌効果、血圧を下げる、眠気防止など、体に良い効果もあります。ちょっと気持ちを落ち着かせたい時やリラックスしたい時には温かいお茶で一息ついてみてはいかがでしょうか(\*^\_^\*)ホッとしますよ～♪



### ☆おやつ会 4月12日(火)

今回は“春を感じられるお菓子”をテーマとして、さくら蒸しケーキを作りました。5名の方が参加され、さくらの花の塩漬けのいい香りも楽しみつつ、少ない作業でしたが材料を計量したり、混ぜ合わせたり、協力しながら仕上げていました。蒸しケーキの中には前もって作っておいた手作りのこしあんを入れ、程よい甘さのピンク色で可愛い蒸しケーキが出来上がりました(\*^\_^\*)





# 5月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み		憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	作業療法 13:30~	休み
8	9	10	11	12	13	14
母の日 	室内レク 13:30~		ミーティング 13:00~	手芸 13:30~ 15:30	調理実習 (AM) 作業療法 13:30~	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み		おやつ会	スポーツ 14:00~ 16:00	caféルリエ (モーニング) 9:30~	作業療法 13:30~	休み
22	23	24	25	26	27	28
休み		室内レク 13:30~	散歩 (レクリエーション) 13:30~	手芸 13:30~ 15:30	作業療法 13:30~	休み
29	30	31				
休み	掃除 13:30~					



※月~金の毎日、昼食サービスを提供しています。(300~350円)  
味よし! 栄養バランスよし! ポリュームよし! おすすめですよ~(^O^)

☆スポーツ 5月18日(水)  
14:00~16:00  
体育館へ行って、卓球やバドミントン  
をします。一緒に汗を流しませんか?  
場所: NHG体育館

☆手芸クラブ(基本的には毎月第2, 4木曜日)  
編み物やビーズやマスコット作りなど好きなもの  
を作っています! 編み棒を使わないタワシ作りやマフ  
ラー製作も出来ます。一緒に自分だけの手づくり品を  
つくりませんか?(^O^)

☆調理実習 5月13日(金)10:45~  
5月の調理実習はピザの予定です。参  
加費は一人350円で、参加締切は前  
日です。皆様のご参加お待ちしております♪

☆レクリエーション(散歩 泉佐野散策)  
5月25日(水) 13:30~  
5月のレクリエーションは“地域を知ろう”をテーマに  
泉佐野市を散策します♪ 詳細はルリエ内掲示板に貼  
り出します。

☆おやつ会 5月17日(火)13:30~  
5月のおやつ会はいちご大福の予定  
で、参加費は一人50~100円で  
す。参加締切は前日です。参加お待ち  
しています。  
※予定等は変更になる場合もあります。

☆室内レク 5月9日(月) 24日(火) 13:30~  
室内レクでは、風船バレーやテレビボーリング、ペットボト  
ルサッカー等を予定しています。天気が良ければ散歩に出か  
けることも考えています。体を動かしたいけどスポーツは  
ちょっと...と思っている方にはぜひとも参加して頂きたいで  
す! 皆様のご参加お待ちしております。