



## 5月のトピックス



今月はデイケアの畑ではスナップエンドウや新玉ねぎ、いちごがたくさん収穫されました。ピカピカの緑色のスナップエンドウは新鮮なうちにさっと茹でて食べると美味しいですね。デイケアのクッキングではスナップエンドウと玉ねぎのスープを作ってみました。

また、甘味が強くてジューシーな大粒のいちごには感動の声が多くあがりました！！スタバ風の「いちごフラペチーノ」にしたり、ジャムを作ったりと旬のものを使っていろんな楽しみ方ができましたね。



H30年5月

### アウトドアで!!「シーフードカレー」

定番ながら簡単でみんな大好きな「カレー」自然の中で食べると美味しさも倍増です！

アウトドアイベントでは、作る時間も食べる時間もダブルで楽しめますね。



## 今月のイチオシプログラム

H30年6月1日(金)

### 作ろうポテチ!

毎年大好評のポテチ作り!畑で収穫したじゃがいもをスライスして油で揚げます。もちろん無添加ですよ。ただし、やめられない・止まらないので食べ過ぎ注意ですね♪

H30年6月8日(金)

### 外出「ヤマサ蒲鉾」

デイケアではお馴染みの外出先です!残念ながら芝桜の季節は終わってしまいましたが、チーカドックを食べたり、ショッピングをして楽しいひとときを過ごしましょう。

人数制限がありますので、申し込みはお早めをお願いします。

H30年6月12日(火)

### アウトドアで!!「フランクフルト」

今月はメンバーさんからのリクエストが多かった「フランクフルト」に決まりました!みんなでアウトドアクッキングを楽しみましょう!

人数制限はありませんので、たくさんのご参加をお待ちしています!

H30年6月23日(土)

### やんやんの時間「お腹トレーニング」

運動しなければどんどん体力は落ちますし、夏で薄着になるので見た目も気になります。

みんなでぽっこりお腹を凹ませるトレーニングをしましょう!

### お知らせ

H28年4月より、デイケアの利用が6か月間あいた場合、一旦デイケアの登録がなくなり再び利用する際には、再登録の手続きが必要となります。お気をつけ下さい。