

# Newsletter

## 3月3日（月）ひな祭りを楽しみました

3月3日のひな祭りにちなんで、デイケアでは特別プログラムとして 海鮮ちらし寿司 を作りました！今年は初めての試みでまぐろやサーモン、かつおやえびなどの海鮮をふんだんに使い、見た目も華やかなちらし寿司に挑戦しました✨  
みなさん手際よく調理を進め、あっという間に豪華なちらし寿司が完成！／「きれい！」「美味しい！」と大好評で、たくさん作ったのにすぐになくなってしまいました😁🎵  
食事を楽しみながら、春の訪れを感じるひとときとなりました🌸 来年も楽しいひな祭りイベントを企画したいですね！



## 作品が完成しました！

創作グループ お雛様



2月から制作中だったひな人形の貼り絵が完成しました。みなさんが丁寧に細かくちぎった色紙の効果でとても煌びやかで豪華な作品となりました

## 4月8日（火）お花見をします 武庫川河川敷

毎年恒例のお花見を今年も開催します  
場所は武庫川河川敷、11時～14時の予定です  
参加希望の方は掲示板に名前を書いて下さい



今年も「お寿司」の予定です  
近くのクレープ屋さんも開いていたらいいですね

## 疾患教育のご案内

4月17日（木）午前

テーマ「クライシスプラン」

調子が悪くなったときに、どんなサインがあるか、どんな対応をすればいいかを整理しておく計画のことです  
あらかじめプランを作っておくことで、不調のサインに早く気づき、悪化を防ぐことができます！  
他者と一緒に取り組むことで、他の人の工夫や対処法を知ることができ新しい気づきが得られます  
また、似た経験を共有することで「自分だけじゃない」と感じることができたり、自分では気づかなかったサインや対策を見つけやすくなる等の効果が得られます  
見学もできますので、お気軽にご参加下さい

## 夕食会のお誘い 野菜たっぷり&栄養バランス◎



## 食事は心と体を整える

大切な時間です

デイケアでは水曜日はお弁当  
金曜日はスタッフとメンバーと一緒に作った夕食を食べることができます  
週に1回、誰かと一緒に食事を楽しむ時間を作りませんか？  
ぜひ、ご利用ください