すずらん通信５月号

2025年５月発行

まちかどホームすずらん

気温が徐々に上昇し、初夏の香りをほんのりと感じる季節になりました✨
さて、先月の行事食は「花祭り献立」、「ご当地食～大分県～」です！
花祭り献立は、汁に花麩、散らし寿司には花形人参を使用し、花満開の春をイメージした献立になっています🌸利用者様の笑顔も満開です！！

ご当地食～大分県～

花祭り献立

裏面もご覧ください⇒

5月の行事予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 「こどもの日献立」 ・「季節の和菓子」	6	7 ゲームクラブ	8	9	10
11	12	13	14 書道クラブ	15	16	17
18	19	20 ・手芸クラブ ・「ご当地食～東京都～」	21 アートクラブ	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

【5月の行事食】

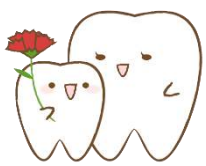
◆5日(月)「こどもの日」

昼食:さくらえびご飯、天ぷら、
ほうれん草の和え物、すまし汁

◆20日(火)「ご当地食～東京都～」

昼食:菜飯ご飯、塩ちゃんこ煮風、
べったら漬け、芋ようかん

ぱたから通信

今月は「歯磨きについて」です。

まず、はみがきをする前に、しっかりとぶくぶくうがいをします。食べかすなどを吐き出しましょう。
　はみがきのポイントは　歯ブラシを小刻みに動かすことです。
歯に真横にあてて、力をいれずに、ちょこちょこと動かすと効果的です。
歯磨き粉は、たくさん使ってももったいないだけ‥あずき１粒くらいで十分です。
また、歯ブラシのケアについて、ブラシの根元などに汚れが残りがちなので、使ったらしっかり水洗いしましょう。
その後の乾燥も大切です。
保管場所は、風通しのいい所を選びましょう！