

# 太陽と鳩たち お知らせとお願い (2026年5月初夏号)

桜の季節もあっという間に過ぎ初夏の候です。感染症もひと段落ですが、淡々とうがい・手洗い・体力アップ・マスクもしてね。

みんなで感染予防！ 夏へ向けての体力アップに努めましょうね！！ **暑くありません 脱水症注意報！**

## 《大切なお知らせ》

5月連休中は休まず運営 5月22日・23日(金曜・土曜日)はお休みです。

6月・7月は休みなく運営です。皆さん元気に活動を。平行棒廻りで運動し、体を動かして力を伸ばそう！！

8月15日(土曜日)活動します 8月13日(木)・14日(金)・15日(土)は通常どおりに営業いたします。

8月22日(土曜日)・24日(月曜日)が夏季休業日。頑張ってくれているスタッフにお休みをくださいね。

## 《通所時のお願い》

\* 貴重品・装飾品は持ってこないでね。メンバー間で物の貸し借り、物のやり取りは禁止でお願いしています。

利用者さん同士での個別の連絡・やり取りや貸し借りは**トラブルのもとなので禁止**です お願いしますね！！

\* 多様性の共生(いろいろな人がいてもいいじゃないか)のサポートのお願いです。

様々な病気 いろいろな状況 いろいろな性格のメンバーさん みんなで理解し、支えあっていきましょう！

**結果を出す 良くなるリハビリは 重力や弱さに負けずに 動くこと 皆さん 自分で動いて力をつけて下さいね！**

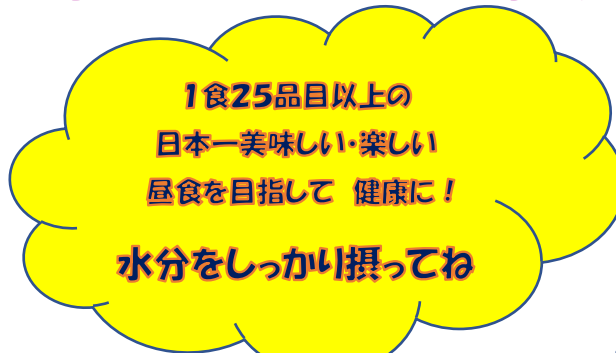
これから梅雨時となります **雨の日の送迎は遅れがち** どうか寛容に自宅でゆっくりお待ちくださいね！！

転ばないように 気を付けて ゆっくり動きましょう！！ 草取りで腰を痛くする人続出中 無理をしないでね。

よく食べて よく動き よく笑い よく眠る 物事を良いほうに考え 自分を大事にする そんな 朗らか人生を！



しうまい・タケ/コの煮物・白和え・エビ千りとサラダ



1食25品目以上の  
日本一美味しい・楽しい  
昼食を目指して 健康に！  
水分をしっかり摂ってね

鳥とほろどんぶり 煮物 サラダ 和え物



母の日 イースターの製作



エビフライ・サバの南蛮漬け・煮物とサラダ



春巻き エビフライ シュウマイ 煮物

