

ペリデ下川原新聞

2025年 3月号

PELIDE



桃の節句

少しずつ暖かくなり、春らしさを感じられる頃となりました。今年もペリデ下川原のロビーには、雛人形が飾られました。



日本では昔から桃の花が女性の健康の象徴とされてきたようで、女の子の健やかな成長を願う意味から、桃の節句で桃の花を飾る風習が生まれたそうです。



コンシェルジュレクリエーションでは、折り紙でひな人形を作りました。とても可愛らしいものが出来上がりました。



🌸 3月3日には桃の節句膳を召し上がっていただきました。



- お品書き
- ・春の彩りちらし寿司
 - ・桜海老のかきあげ
 - ・わらびと筍の煮物
 - ・菜の花の酢味噌和え
 - ・はまぐりのお吸い物
 - ・三色ゼリー

🌸特選おやつ



今月は、おはぎの専門店『お花のおはぎ華子』が限定で作るカップケーキを提供させていただきました。



あんバタークリームを使用したお花のカップケーキは、見た目の可愛らしさだけでなく、素材にもこだわり、添加物不使用天然色素を使用し、ひとつひとつ心をこめて作られています。「食べるのがもったいないわ」と、皆様にも好評でした。

4月の予定



ロング・デイ

新春会

日時: 4月9日(水) ロング 13:35~ 1階ロビーにて
デイ 14:55~

ハーモニカ演奏を行います。複数のハーモニカで奏でる昔懐かしい音色をお楽しみください。

ロング

お花見ドライブ

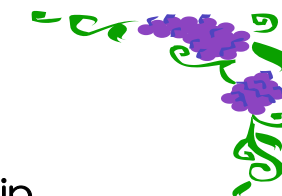
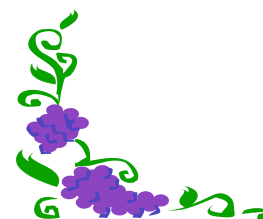
日程: 4月1日(火)・3日(木)・5日(土)

寿司の会

日時: 2階 4月14日(火) 11:40~
3階 4月15日(火)



<5月の予定> **ロング・デイ** 新緑演芸会



デイサービス **❀充実の100分間リハビリ**

～レッドコード～



ペリデ下川原では、午前中の100分間、集中してリハビリを行っています。
今回はレッドコードの様子をご紹介します。



レッドコードはノルウェーで開発された機器で、高齢者に向けては、介護予防に必要な柔軟性の改善、間接可動域動作、筋力強化など多様なプログラムを行う事が出来ます。

足にボールを挟んで行うことで、下肢筋力の向上を目指した運動を行います。ボールの空気圧や大きさを変える事で、負荷量を調整できます。

レッドコードの際に、リズムを意識したステップ運動を行います。脳と体を同時に使ったプログラムで、認知症予防にもつながります。

❀遠藤先生の123



水曜日に行っているロングの人気プログラム「遠藤先生の123」。

毎回元気いっぱい身体を動かしています。



手を伸ばしたり、足踏みしたり、ボールを使った運動など様々な運動をしています。



❀園児交流会



ペリデ下川原の横に新設された「ひばり幼稚園」の園児さんをお招きし、お遊戯や歌を披露していただきました。



運動会でも踊ったダンスを披露してくれた園児さん。皆様も一緒になって身体を動かしていました。



園児さんの可愛い姿に、ご利用者様も自然と笑顔がこぼれます。

最後はお菓子のプレゼント♪
楽しい時間を過ごすことができたイベントとなりました。

