



5月のオアシスだより

2016. 4. 22発行
オアシス井田

今年のバスハイクは、お茶摘みにいきます。みなさんは、「茶摘み」という歌をご存知ですか？「夏も近づく八十八夜～」という歌いだしでお馴染みの文部省唱歌です。八十八夜は、立春から数えて88日目をいい、大体毎年5月1日～3日頃が目安となっています。ですから、2016年は5月1日が八十八夜となります。八十八夜で摘まれた新茶は、昔から無病息災や不老長寿の縁起物とされてきました。新茶は、特に栄養価が高いとされています。新茶に限らず緑茶には、ガン予防、食中毒予防、虫歯予防、動脈硬化や脳卒中予防、血圧降下、美容と健康の効能があります。みなさん、緑茶を飲んで健康になりましょう！

5月の予定表



※自主製品プログラム（月・水・金／午前 火・木／午後）

日	月	火	水	木	金	土
1	2 AM おあしす	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 AM 音楽教室 PM パソコンC	7
8	9 AM ミーティング PM 書道C	10 AM ハッピー エイジング	11 PM ボウリングC	12 AM ウォーキング エクササイズ	13 AM 生ジュース 川崎信用金庫本店 ふれあい市場	14
15	16 AM 生ジュース PM パソコンC	17	18 PM パソコンC	19 AM パナポート	20 バスハイク	21
22	23 AM ミーティング PM 書道C PM 職員会議	24 AM健康作り 教室	25 AM 生ジュース PM ボウリングC	26 AM レンジ クッキング	27 PMティータイム	28 メルシー まつり
29	30 AM あゆみ会 PM 書道C	31 AM 生ジュース				