



5月のオアシスだより

2021.04.26
オアシス井田

5月5日が「わかめの日」というのはご存知でしたか？1983年（昭和58年）に日本わかめ協会が制定。こどもの日にちなみ、子どもの成長、発育に欠かせないミネラル、カルシウム等を含んだワカメをたくさん食べてもらおうと設けられました。ワカメは出産祝いに使われるなど子どもとワカメは大きく結びついていることもこの日が選ばれた理由です。

また、この頃は新ワカメの収穫時期でもあるからです。ワカメは、海苔と同じく、古くから日本人に親しまれてきた海藻であり、万葉集にも、ワカメを含む海藻を詠み込んだ歌が残されています。わかめはミネラルやカルシウムが豊富。さらにビタミン類も多く含まれ、海の野菜という異名もありますので、積極的に食卓にワカメを取り入れてみましょう！

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	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 AM ウォーキング エクササイズ	7 AM・PM DIYプロジェクト	8
9	10 AM パソコンC PM 書道C	11 AM ミーティング	12 AM おあしす ヘルスチェック PM ムービー鑑賞会	13 ミニレク いちご祭り	14 AM 音楽教室	15
16	17 AM 生ジュース	18 AM・PM SNS 研究	19 AM パナポート	20 AM クリーン アップ作戦 PM ティータイム	21 PM パソコンC	22
23	24 AM ミーティング	25 AM 生ジュース PM 書道C	26 AM パソコンC	27 PM ボウリングC	28 AM 音楽教室	29
30	31 AM アートの時間					

※新型コロナウイルスの状況によっては、予定を変更することもあります。