



令和6年5月

# ハピネス通信

第090号

千葉市身体障害者スポーツ大会

5月12日(日)に青葉の森公園でスポーツ大会が開催され、「ビーンバッグ投」と「ソフトボール投」の競技へ参加しました。

## ビーンバッグ投



## ソフトボール投



### メダル受賞おめでとう！





こどもの日（端午の節句）には無病息災を願って「菖蒲湯（しょうぶゆ）」に入浴する風習があります。節句は古代に中国から伝わった風習で、日本では平安時代から宮中で1月7日の人日、3月3日の上巳、5月5日の端午、7月7日の七夕、9月9日の重陽を祝うようになりました。

端午の節句では、菖蒲の葉が武士の刀に形が似ていたり、「尚武（武道を重んじる事）」と同じ読みであることから、男の子の健康や成長をお祝いする行事へと発展していきました。



菖蒲湯の作り方は至ってシンプルです。

1. 用意した菖蒲（葉や茎）を空の浴槽へいれます
2. 温度を高めにしたお湯を張り、完成です

菖蒲を細かく切ってネットなどに入れてお湯に浸ける方法もありますが、菖蒲をそのまま入れるほうが香りをより楽しめます。

### 折り紙（紫陽花）



### 端午の節句メニュー

#### お品書き

- ・ちまき風御飯
- ・ぶりの照り焼き
- ・煮しめ
- ・すまし汁
- ・メロン



### 6月行事予定・連絡等

#### 【 日中活動 】

- 各階ごとに活動中。

#### 【 6月行事予定 】

- 県身協オセロ大会 6月18日（火）
- 車いすダンス(ボランティア)
- ボッチャ(ボランティア)
- リクエストメニュー

#### 【 理美容サービス予定 】

- アラモード 6月 3日（月）
- 髪人 6月18日（火）

