



# 陽東苑 よもやまばなし

ゴールデンウィークの行事 毎年5月1日に世界各地で行われている労働者の祭典の「メーデー」とは本来五月祭を意味し、ヨーロッパの各地で夏の訪れを祝う日でしたが、1886年にアメリカ合衆国の労働者たちが1日8時間労働を求めて立ち上がったことを機に、全世界の労働者たちが一斉に労働者の権利と政治的要求の活動を行う近代の「メーデー」へと変化していきました。「八十八夜」雑節のひとつ。立春を第1日目として88日目のことを指します。八十八夜に摘み取られるお茶は、古来より不老長寿の縁起物の新茶として上等なものとしてされています。「憲法記念日」1947年5月3日に日本国憲法が施行されたのを記念し1948年に制定されました。、「みどりの日」1989年(昭和46年/平成元年)から2006年(平成18年)までは4月29日でしたが、昭和天皇崩御と、2005年(平成17年)の祝日法改正により5月4日に移動しました。「自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心を育む日」として、無料開放する国公立公園もあります。「端午の節句」男の子の健やかな成長を願う行事で、五節句のひとつ。鎧、兜、刀、武者人形や五月人形を室内(床の間など)に飾り、庭先にこいのぼりを立てるのが一般的な祝い方です。

◀ 「健康相談」再開のお知らせ ▶

休止していた「健康相談」を5月7日(火)より再開します。

毎週 **火・金 曜日** 9:00~12:00 13:00~15:50

担当 : 田中美穂看護師

お気軽にご利用ください

◀ ご案内 ▶ ◎お風呂は中止しています。駐車場はありませんので車での来苑はできません。

◎陽東苑バス： 迎いの時刻は9：44

送りの時刻は「緑が丘自治会方面」14：27発 「宮ノ谷方面」15：52発

## ◀ 5月の行事予定 ▶

◎「健康体操」：ラジオ体操第1・第2と筋トレ&脳トレ体操等 毎週 月～土曜日

①午前10時～10時30分 ②午後2時～2時30分

◎「健康相談」毎週 火・金曜 9時～12時 13時～15時50 看護師による相談

◎「認知症予防ゲーム」： 5月9日(木) 10：30～11：00 (当日受付)

開苑時間：午前9時 ～ 午後4時



5月の行事予定			
日	曜	午前	午後
1	水	健康体操	健康体操
2	木	健康体操	健康体操
3	金	.....憲法記念日.....	.....
4	土	.....みどりの日.....	.....
5	日	.....こどもの日.....	.....
6	月	.....振替休日.....	.....
7	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
8	水	健康体操 フラワーアレンジメント教室	健康体操
9	木	健康体操 認知症予防ゲーム	健康体操
10	金	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
11	土	健康体操	健康体操
12	日	.....	.....
13	月	健康体操	健康体操
14	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
15	水	健康体操 いきいき呼吸体操教室	健康体操
16	木	健康体操	健康体操
17	金	健康相談 健康体操 ペン習字教室	健康相談 健康体操
18	土	健康体操	健康体操
19	日	.....	.....
20	月	健康体操	健康体操
21	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
22	水	健康体操	健康体操
23	木	健康体操	健康体操
24	金	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
25	土	健康体操	健康体操
26	日	.....	.....
27	月	健康体操 ミニボールエクササイズ教室	健康体操
28	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
29	水	健康体操	健康体操
30	木	健康体操	健康体操
31	金	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操

\*いずれも状況により中止する場合があります。\*行事等の詳細は、事務所(53-3700)までお尋ね下さい。