

今月のデイケア テーマは、、、 新緑の季節♪ 新茶を味わおう！

朝飲んで、ますます健康になります！



6月の行事予定

- スイーツ作り

の開催を予定しております。
お楽しみに！

お茶のこと

新茶の美味しい季節となりました。私達の住む静岡県は、言わずと知れた日本一のお茶の产地ですが、消費量も日本一なのです。

そして、なんと健康寿命（日常的に介護を必要としないで自立した生活ができる期間）も日本一！

その最大の要因と考えられているのが「お茶」。

お茶には多種多様な成分が含まれ、健康にも役立つ効果がたくさんあります。中でも豊富に含まれているカテキンには血中コレステロールの低下、体脂肪低下、がん予防、虫歯予防、抗菌作用等さまざま

効果があり、その他にも緑茶には心臓を守る、免疫力のアップ、糖尿病予防、ボケ防止、記憶力の向上等の効能が立証されているそうです。

朝いただくお茶は一日の災いから守ってくれるとも言われているそう。皆さん、美味しい静岡茶を毎



した。

抹茶を生地に加えた抹茶蒸しパンや

しましてお楽しみにあります。

抹茶どら焼き、お茶の葉を練り込んだ

鹿島の郷デイケアでは、集団レク以外にも、皆さんがあれぞれ楽

お茶クッキーなどなど、お茶づくし！

しんでいただけるようにお手伝い

皆さん、毎月どんなおやつを手作り

させていただいている方や、お家で咲

するか楽しみにしていただいていて、

いたお花を持ってきて活けてくだ

生地を混ぜ合わせたり、型に流し込ん

でいただいている方や、お家で咲

だりはお手の物！お茶クッキーでは生

楽しんでいらっしゃ

地を麺棒でのして型抜きをとても上手

楽しんでいらっしゃ

にしてくださいました。新茶も一緒に

楽しんでいらっしゃ



KAJIMA NO SATO

鹿島の郷
KAN
KAJIMA
NO SATO
KAJIMA
NO SATO
KAJIMA
NO SATO

鹿島の郷 デイケア月報
第28号(平成28年5月31日)
浜松市天竜区二俣町
南島 36-1-2
電話 053-925-5019
FAX 053-925-8369

医療法人社団 静寿会

今月のクッキング

好きなこと

今月は新茶の季節ということで、お茶を使ったおやつのクッキングをしま

鹿島の郷デイケアでは、集団レク以外にも、皆さんがあれぞれ楽

しんでいただけるようにお手伝い