

アップルだより

2026年5月

晴れ渡った空に、新緑の青葉。すがすがしく、外気浴が気持ち良い季節になりました。戸外で過ごす時間を少しずつ増やしながら、季節や自然を楽しみたいですね。

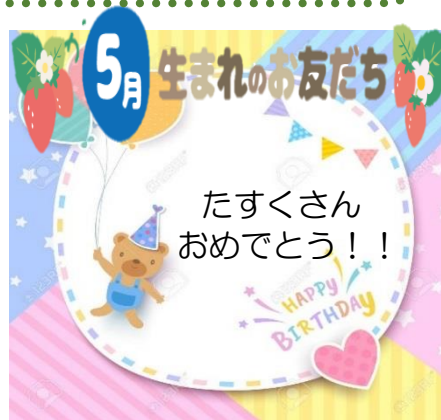
ゴールデンウィークの外出を楽しみにしている方もいらっしゃると思いますが、新生活の疲れが出てしまう時期でもあるため、5月は大人も子どもも体調が心配です。また、慣れない暑さから食欲が低下してしまうことも珍しくありません。早寝早起きやバランスのよい食事、質のよい睡眠は体を強くします。5月はとくに意識して、生活リズムを整えられるようにしたいですね。

5月の予定

端午の節句
誕生会

※その他、季節に合わせたレクリエーションを展開予定です。また、天候や、利用者様の体調等によって予定が変更になる場合があります。

※5月4日(月)～6日(水)は
お休みとなります。



【発行】
放課後等デイサービス
特定非営利活動法人
アップルハウス

活動の様子

