

10月イベント紹介

今月は運動会や外食レク行い、利用者様の元気いっぱいの姿を見ることができました！

オリンピック大会

赤組白組に分かれて、輪送り・玉入れ・風船バレーを行いました。2試合行った結果、白組の勝利となりました。

／2階



全力で投げて！

2チームに分かれて玉入れと玉送りを行いました。皆様元気な掛け声と共に、勢い良く中央のかごに玉を投げてくださいました。沢山入りました！

／3階

ドキドキ玉数え

2つのチームに分かれて、玉入れと風船バレーをしています。玉入れの数を数える時は、どちらのチームも勝敗にドキドキしながら結果を待っていました。

／4階



10月イベント紹介

デザートは別腹



9日間に渡り「はま寿司」で外食をしました。皆様お好みのお寿司を召し上がり、また、会話も弾み、楽しいひと時を過ごされました。

／デイケア



ハロウィン運動会



今年の運動会はハロウィンをテーマに行いました。仮装したスタッフとチームに分かれた利用者様、力を合わせて対抗戦!!ドラキュラ伯爵による審判の結果、メダルの授与式が行われました。

／デイサービス



栄養科からワンポイント

旬なさつまいもを食べよう！

3つのポイント！！



- ① ビタミンCが芋類トップ
- ② 皮にたっぷり栄養と食物繊維
- ③ 腸の蠕動運促進で便秘対策

御飯、味噌汁、サラダや煮物など取り入れやすいのでぜひさつまいも料理を作って食べてみてはいかがでしょうか？

インフルエンザウイルスに注意！

インフルエンザは重症化すると気管支炎や肺炎を併発します。「風邪かな」と自己判断せず、早めに医師にかかることが重症化させないコツです。インフルエンザワクチンの接種も有効です。



／広報委員会