



デイサービスセンター みたらの杜 10月号



10月になりまして、季節はすっかり秋ですね。朝晩も冷え込むようになりましたので体調を崩さない様に気を付けてください。食欲の秋と言われる旬を迎え、美味しくなる食材が多い季節となります。秋の食材には、美味しさ以外に夏の暑さで弱った体調の回復や、冬に備えての栄養を蓄える効果が期待できるものが多いみたいですよ。今年も旬の物をたくさん食べて体力つけていきましょう！

令和6年10月号
第52号
発行責任者 松橋信夫
制作担当者 吉田裕昭



今月はみたらの杜運動会をしました！
紅白に分かれて旗揚げゲームやお玉リレー、紐引きなどの競技をしました。皆様可愛らしく鉢巻きをし、どの競技もとても真剣にそして笑顔で参加されていました。

今月の行事食とおやつ
今月の行事食はラーメンでした。
日替わりで塩と醤油、とんこつなどいろいろな味を楽しむことができました。何ラーメンが美味しかったか、ぜひご家族の方もお話してみてください。
おやつはたい焼きです。
つぶあんが入っていて、温かい緑茶と一緒にいただきました。皆さんはつぶあんとしあんどちらがお好きですか？



10月の予定
床屋 14～18日
行事食 14～18日
行事 21～25日

11月の床屋さん・行事予定
床屋 11月11日～13日
行事食 11月18日～22日
行事 11月25日～29日

相談員が交代になりました。
特別養護老人ホーム舟見の杜からDSみたらの杜に異動することになりました。生活相談員の吉田裕昭です。これからよろしくお願いいたします。

