



〒955-0033 三条市西大崎2丁目4番10号
電話 0256-38-0091

ホームページ <http://houtoku-fukushi.jp/>

E-MAIL kokorotukusi-ohsaki@ec1.technowave.ne.jp

気持ちのいい秋風が吹き渡るころとなりました。秋は、食欲の秋・スポーツの秋・読書の秋…と何をするにもよい季節です。皆さんはどう過ごされますか？

また、インフルエンザの予防接種の時期も近づいてきました。重症化しやすい高齢者は早めに予防接種の計画を立てましょう。

今月の目標！

秋バテしない！

☆季節の変わり目は、気温の変化に伴って体調を崩しがちです。

気温に合わせて衣類調節を上手にしましょう！

☆旬の食材をとり入れて、バランスの良い食事を心掛けましょう！



活動の様子

今年もたくさんの夏野菜が収穫でき、おいしく頂くことができました。

こころつくしでは、午後に頭の体操やゲームを用いた機能訓練など様々な活動をしています♪



大根の種まきをしました



習字を行いました



送迎車が新しくなりました

この度、赤い羽根共同募金会様より助成を頂き、送迎車が新しくなりました。これからも安全運転を心掛けて、皆様の送迎に活躍します！



お知らせ

避難訓練のお知らせ

10月22日(木)、消防署の立ち合いの下、避難訓練を実施いたします。当日ご利用の方はご協力をお願いいたします。



9月行事報告

敬老会

甘納豆と2色の茶巾→

←カステラ2色ボール

9月17日(木)～23日(水)の間、皆様の長寿をお祝いして敬老会を行いました。記念品の贈呈と写真撮影を行った後、3日間に分けて「甘納豆と2色の茶巾」と「カステラ2色ボール」作りを行いました。皆さん上手にあんこを丸めたり茶巾を絞ったりと楽しい時間となりました♪



10月の行事予定

10月12日(月)～14日(水)まで、秋のお楽しみ会として『エコバッグ作り』を行います。自分だけのすてきなバッグを作しましょう♪

