

デイサービスセンター こころつくし

2021年(令和3年)

10月号



〒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

暑からず寒からずの好季節、秋色もだんだんと濃くなってきましたね。秋は、スポーツの秋・読書の秋・芸術の秋・実りの秋・食欲の秋など盛りだくさんの季節です。皆さんと一緒に、こころつくしで秋を楽しみたいと思います。しかしながら、昼夜の気温差がありますので、健康面には十分に気を付けていきましょう。

今月の目標

秋を楽しみましょう！



☆秋は気候も良く、快適に過ごしやすい季節です。天気の良い日は、歩行練習を兼ねて外気浴をしましょう。

☆実りの秋！食欲の秋！秋は美味しい食べ物がいっぱいです。ビタミンやカリウム、食物繊維が豊富に含まれていますので、ぜひ取り入れてみてください。

季節の変わり目は、衣替えのタイミングです！

残暑もようやく落ち着き、朝晩は肌寒さを感じるようになりました。とはいえ、天気や気温がコロコロと変わりやすい秋。気温に合わせて衣類調節ができるよう、そろそろ衣替えをしませんか？

また、衣替えの際には、衣類の紛失・間違い防止の為、必ず衣類に名前をご記入くださるようお願いいたします。



活動の様子



10月の行事予定

10月13日(水)・14日(木)・15日(金)
の3日間、お楽しみ会を行います。
読書の秋！しおり作りをしましょう♪



避難訓練のお知らせ

10月25日(月)、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月お楽しみ会報告



敬老会



9月16日(木)~22日(水)の間、皆様の長寿をお祝いして敬老会を行いました。こころつくしでは、毎年米寿(88歳)の方を表彰させていただいており、今年は4名おられました。ささやかながら皆様全員に、記念品の贈呈と職員による“よさこい”踊りをご覧いただきました。また、3日間に分けて「うさぎまん」と「抹茶まん」作りを行いました。上手に生地やあんこを丸めたり包んだり作業され、ふっくら美味しいまんじゅうの完成にみなさん喜ばれておりました♪

祝米寿

