

# こでまり

特別養護老人ホーム 美郷



日毎に秋が深まり、朝晩は涼しく感じられるようになりました。今年は紅葉見学等の外出は出来ませんが、皆さんに少しでも楽しく過ごして頂けるように、これまでやっていないレクリエーションを考えています。その様子をお便りできればと思います。

### ＜栄養管理室＞

秋といえば「食欲の秋」ですね。しかし、夏の疲れがいつまでも残っている感じで食事がいまいちおいしくない…。という方もいらっしゃるかもしれません。同じ野菜でも旬の物を食べていますか？魚も果物も旬の物はおいしだけでなく、栄養価も高いのです。

秋の旬食材【里芋、じゃが芋、さつまいも、ごぼう、れんこん、松茸、椎茸、栗、鮭、さんま、鯖】

今月は「松茸ご飯」や「栗の吹き寄せご飯」など、秋の食材を使った炊き込みご飯を献立に取り入れています。

面会制限にご協力いただきありがとうございます。10月7日よりオンラインでの面会を開始しています。(月～金)ご利用ください。詳細は事務室へ問い合わせください。Tel.072-866-7007

☆スタッフ紹介☆

看護師

よしだ さわこ  
吉田 佐和子



所属：健康管理室  
好きな物：きな粉のおはぎ  
趣味：山歩き、スキー、温泉につかる事  
一言：定年後2年。これからは特養美郷でがんばりたいと思っています。よろしくお願ひします。

### 俳句・短歌

家路へつく  
釣瓶落しの  
日暮かな

トキ子

### 行事予定(10-11月)

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					16日	17日
コロナウィルス対策の為、ボランティア活動をお休みしています。					まったり濁り酒の風呂(テイ)	
18日	19日	20日	21日	22日	23日 【デイ】 おやつレク	24日 【デイ】お茶会
25日	26日 まったり濁り酒の風呂(テイ)		27日	28日 フラワー アレンジメント	29日 【デイ】 おやつレク	30日 【デイ】 運動会レク
1日	2日	3日 文化の日	4日	5日	6日	7日
8日	9日	10日 【デイ】 おやつレク	11日	12日	ボジョレー・ヌーヴォーの湯(テイ)	

# ～各階の様子～

## 《4階》～フラワーアレンジメント～

「今月のお花は何やろう？」と皆さん毎月のフラワーアレンジメントを楽しみにされているようです。職員と「こうしたらいいかな？」と相談しながら皆さん各々のアレンジを楽しんでおられました。

**フラワーアレンジメント**  
(テイ・入所・ショートステイ)

毎月第4水曜に開催しています。費用 500円



## 《3階》～おはぎ作り～

お彼岸におはぎ作りをし、煎茶と一緒に頂きました。手袋を装着し、あんこの玉を平らに潰し、その上にもち米入りのお米をのせてラップで包み作りしました。

普段あまりレクに参加されない方や、おやつを食べない方も参加され大変好評でした。美味しかった～と言って頂けたので、春にもぼたもち作りをしてみようと思っています。



## 《2階》～香り袋～

香り袋作りをしました。1人1人職員と一緒に小さな袋に香の元を入れて作りしました。皆さん和気あいあいと笑い一杯の楽しい時間を過ごされていました。



## 《デイ》～季節の飾りつけ～

皆さんに季節の飾り作りに取り組んで頂きました。夕日の貼り絵を作成したり、フロアの柱の木に、画用紙で柿の実や紅葉を、毛糸でミノムシも作成しました。手先のリハビリにもなり、完成を楽しめる作品作りを目指しています。

