

2026年9月号
(毎月16日発行)



紫陽花

あじさい

くずは西美郷

枚方市西船橋2丁目58-3

072(867)8075

～日常のご様子～



～栄養管理室より～

まだまだ暑い日が続きますが、少しずつ秋の気配を感じる季節になってきました。今回は、昔からお祝いの席などで親しまれてきた「小豆」についてご紹介します。

小豆には、糖質をエネルギーに変える働きを助けるビタミンB1や、腸内環境を整えるのに役立つ食物繊維が含まれています。また、小豆の赤い色にはポリフェノールが含まれており、抗酸化作用が期待されています。他にも様々な栄養素が含まれていますが、多くは水に溶けて出てしまうため、煮汁も一緒に摂る事をお勧めします。

栄養部では、そんな小豆を使用した季節のお食事をご用意いたします！

9/21（月）は敬老の日。お祝いの気持ちを込めて、昼食に「赤飯」を提供いたします。そして、9/25（金）はデイサービスのおやつレクで「おはぎ」を作ります。皆さんに美味しく、楽しく召し上がっていただけるよう、栄養部一同心を込めてご用意いたします。ぜひ、楽しみにしておいてください♪



ショートステイセンターくずは西美郷からのお知らせ



現在、ショートステイセンターくずは西美郷では、月に2回「おやつレクリエーション」を開催しています。9月は初旬に焼き鳥とノンアルコール、下旬に秋祭りを予定していますのでお祭りにちなんだおやつを提供させて頂きます。おやつレクリエーションと一緒に参加されませんか？ ご興味のある方は、ぜひショートステイをご利用ください！

1階

暑い日の午後、おやつにアイスクリームをご用意しました。アイスクリームを召し上がる皆さんの表情には自然と笑みがこぼれ「冷たい!」「美味しい〜」と喜んでいただけたようです。いちょうユニットでは9月に花火を予定しています。残りの夏も元気に楽しみたいと思います。



2階

8/14にて花火イベントが開催されました。皆さん「キレイやねえ」「楽しかったよ」「いい思い出になったよ」などの声が多く喜んでもらえました。9/26には秋祭りも予定しております。スタッフ一同皆さんと一緒に楽しい時間を共有し、いい思い出が出来るように過ごせたらと思います。

3階

8月は花火を楽しみました。「キレイ」「ちょっと怖いわあ〜」「何年ぶりか分かん」などなど色々な声が上がってました。またレクリエーションでコースターを作成しました。完成したコースターを使って皆さんでお茶を楽しみたいと思います。



ショートステイ

ショートステイでは、皆さんで風船バレーとカードゲームを楽しみました。集団で行うゲームは皆さん大盛り上がり!ワイワイと楽しそうでしたよ。また、おやつレクではアイスクリームも堪能頂き、皆さん大満足して頂けました!

