



こ で ま り

特別養護老人ホーム 美郷



まだまだ暑い日が続いていますので、熱中症や脱水には十分注意してお過ごしくださいませ。最近では地震や台風、コロナ等の暗いニュースばかりで気持ちまで暗くなってしまいますが、少しでも皆さまが明るく楽しい毎日を過ごせるように願っています。暦の上では秋となり、これからは少しずつ気温も涼しくなり過ごしやすくなっていくので、美味しい食べ物も多く幸せな季節が近づいて来ますね。美味しい物を食べて元気に過ごしていきましょうね。

栄養部より



暑かった夏が過ぎ、食べ物が美味しく、食欲も回復する秋がやってきます。この時期になると、ついつい食べ過ぎて体重が増えちゃったという方が多くいらっしゃいます。体重が増えすぎると、からだには大きな負担となり、高血圧や糖尿病、脂質異常症など、様々な生活習慣病を引き起こす原因にもなります。旬の食材が多く、ついつい食べ過ぎてしまう秋だからこそ、ご自身の食欲をうまくコントロールして楽しく食事しましょう！

行事予定(9-10月)

※1階デイサービスのボランティアさんです。
入所者さんは順番にイベントに参加していただいております。
ご家族が付き添って頂く事で
毎回イベントに参加していただくことも可能です。

ご不明な点は職員へお声掛け下さい。

| 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 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 |
| | 今週は向日葵の香の湯(テイ) | | ※朗読会すずかけ | | ※ハーモニカ演奏 | ※双子ちゃんのキッズダンス |
| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 ※認知症予防ゲーム フラワー アレンジメント | 26日 | 27日 | 28日 ※三線演奏会 |
| 29日 | 30日 | 1日 フラワー アレンジメント | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 |
| 6日 | 7日 | 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 |
| 13日 | 14日 | 15日 | | | | |
| | 今週はマスカットの香り湯(テイ) | | | | | |

各階のご様子

テイサービス

8月は美郷夏祭りが開催されました！皆さん職員と一緒に盆踊りを踊ったり、千本引きでは駄菓子が当たってニコリ喜んでおられました。スイカ割では目隠しをしてエイヤー！と力いっぱい棒を振り上げて、奮闘されたりと、終始笑顔でお祭り気分を楽しまれていましたよ(^^)



グループホーム

～合同花火～

特養の利用者さんと合同花火をおこないました(^o^)手もち花火を楽しまれたり、打ち上げ花火に歓声が上がりました。花火を通して夏の風情を感じて頂けたと思います。喜んで頂けて良かったです♪



新館

夏を感じて頂こうとスイカ割りをしました。大きなスイカに「立派なスイカやね」「大きくておいしそうやわ！」と嬉しそうにされ、皆さん力いっぱい棒を振りかざして叩かれていました。スイカに割れ目が入ると歓声があがり、拍手をして喜ばれていました。「昔の若い時を思い出すわ」と言われ、とても楽しまれていましたよ！



本館

先月は花火レクリエーションを行いました。雨予報でしたが当日は天気も良く晴れており、きれいな花火を見ることが出来て、皆さんからは「きれい」「楽しかった」とお声をもらい、楽しい時間を過ごせました♪

