

日	月	火	水	木	金	土
		1 制作レク	2 ゲームレク	3 カラオケレク	4 ドライブレク	5 輪投げレク
6 ユニットレク	7 制作レク	8 ドライブレク	9 カラオケレク	10 風船バレー	11 お茶会レク	12 わくわく体操
13 ユニットレク	14 カラオケレク	15 ゲームレク & 誕生会	16 体操レク	17 理美容 (髪や)	18 つるかめ体操	19 カラオケレク
20 ユニットレク	21 カラオケレク	22 ドライブレク & 誕生会	23 体操レク	24 制作レク	25 ゲームレク	26 お茶会レク
27 ユニットレク	28 制作レク	29 麻雀レク	30 書道レク	31 体操レク	※都合により、日時・レク内容は変更になることがあります。	

おもいあい豆知識

「椎茸」や「松茸」は日本では高級な食材とされており、香り・食感・味を様々な形で魅了してくれる素晴らしいキノコですが、日本以外の国ではかなり嫌われています。「靴を履き続けたニオイ」、「しばらくお風呂に入っていない人のニオイ」など、いい匂いというイメージがないようです。様々な調理方法で料理され、椎茸や松茸を美味しく食べることができるのは日本だけのようです。

秋クイズ

秋の味覚「栗」を使ったケーキをモンブランと呼びます。このモンブランという名前の由来はなんでしょうか？



1. ある国で栗のことをモンブランと呼んでいたから
2. 初めて作った人の名前がモンブランだったから
3. フランスにあるモンブラン山のようなケーキという意味

答えは中に



# おもいあい



日に日に秋が深まり肌寒さが感じられるようになり、体調管理が難しい時期となりましたがいかがお過ごしでしょうか。急激な冷え込みは自律神経に乱れを生じさせ寒暖差疲労が引き起こされるといいます。体のだるさや冷え、肩こりなどの不調を引き起こすといわれており、1枚は羽織るものを準備して体温調節を行うのが効果的な予防となるそうです。寒さに負けないよう服装でも対策をしていきましょう。

先月の中旬ごろから残暑が落ち着き、お出かけするのに大変良い日よりが続いたためドライブに出かけたり施設周辺をお散歩したりと秋晴れの天気のもと、心身ともにリフレッシュしていただいています。また敬老の日には各種催し物を開催し昼食は特別メニューでお祝いをしました。そのご様子を掲載しましたのでぜひご覧ください。



# 敬老会

17日に一日遅れではありますが敬老会を開催させていただきました。  
くす玉割りや敬老の日にちなんだ体操、職員によるマツケンサンバの披露などのイベントで楽しんでいただきました♪



- ・おはぎ
- ・すまし汁
- ・花いちもんめ
- ・芝寿司弁当
- ・お品書き

お昼は敬老会特別メニューでお祝いしました♪  
ちらし寿司やおはぎに舌鼓を打たれていました。



サンバでは職員の動きに合わせて一緒に踊っていただき大盛り上がり！オレッ！



# ドライブレク

暑さも和らぎ涼やかな秋晴れの日が続いたことから金沢市内のあちらこちらへドライブに出かけています♪  
天徳院ではお寺特有の荘厳な雰囲気の中秋の虫の声に耳を傾け、秋の訪れを楽しみました♪



天徳院にて



金沢駅鼓門にて



クロスゲート金沢にて



風が気持ちいいわ～

# 日常のご様子

少々季節を先取り気味ですがハロウィンの仮装や飾りつけを楽しんでいます。魔女の仮装をして「ほんなら元気で歩けるようになる魔法かけとくわ～」となりきって楽しまれていました。



体操レクや足漕ぎのトレーニング器具などを使ったりなど日々の生活の中にリハビリを取り入れています♪



# 9月誕生会



9月お誕生日の皆様です！  
お誕生日おめでとうございます！！  
誕生会ではささやかですが職員手作りの色紙や写真縦をプレゼントさせていただきました。