

小規模多機能ホーム しおかぜ
やすらぎの家見島駅前



< 今月のクイズの答え >

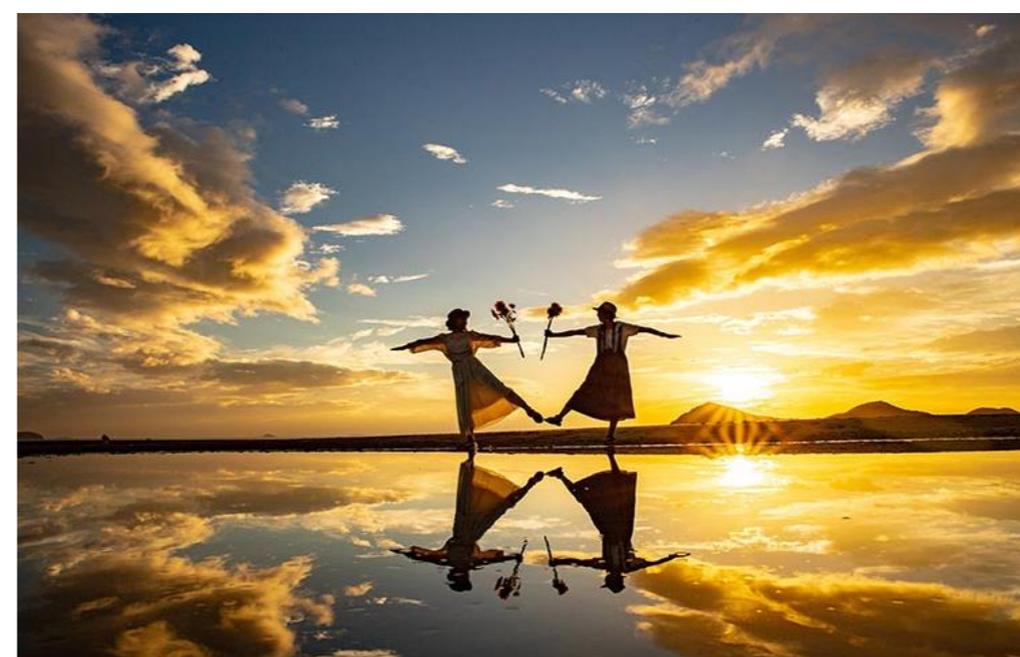
- A. 表紙の神秘的な写真は香川県三豊市の父母ヶ浜
- B. 1番 サツマイモ ビタミンC・カリウム・食物繊維が豊富
- C. 3番 濡らして絞ったタオルをレンジで温め両耳にあてる

ご利用者様の俳句

- ・お彼岸に
家族そろって
暮参り
NM様
- ・北海道
植えたジャガイモ
突然届く
MS様
- ・デイケアで
個性あふれる
ぬり絵かな
KT様
- ・畦道に
並んで咲いた
彼岸花
HM様
- ・墓参り
先祖ありての
我があり
OK様

やすらぎ通信

2023年9月号



日中は暑いものの、朝夕は段々と過ごしやすくなり、虫の鳴き声等で秋を感じるようになってきました。8月やすらぎでは、みなでお好み焼きやかき氷を作ったり、手打ちうどんの実演や夕涼み会に参加させて頂く等、楽しく過ごしました。

夏場食欲が減退し体力が低下しているご利用者様もいらっしゃいます。秋は「食欲の秋」「スポーツの秋」楽しい雰囲気の中しっかり食べ、身体を動かし体力・気力を少しずつ引き上げていきたいと思っております。

< 手作り食事 >



お好み焼き
おにぎり
果物

< 玄関カレンダー >



< 手作りおやつ >



抹茶プリン
ほうじ茶

夕涼み会



手打ちうどん実演
揚げたて天ぷら



トッピングもご自分で
お好み焼き
パーティー



かき氷



貴重な体験をさせて頂きました



天ぷらは揚げたて



水彩画



美味しすぎて
思わず笑みがこぼれます



一句を添えて



食べ力は元気力



何種類もあり悩みました。シロップ
たっぷりのかき氷の出来上がり

製作



お月見うさぎ
何と、障子が動くんです



約3年間お手伝いしてくれました
次は特養で勉強して下さいね



＜ 今月のクイズ : 表紙写真 ＞

- A. 表紙の写真は何処でしょうか？
- B. 9月が旬で免疫力を高めてくれる食材は？
1. サツマイモ 2. 柿 3. オクラ
- C. 気圧が低くなる事で頭痛を引き起こす台風頭痛。
症状を和らげる方法は？
1. おでこをひやす 2. 大声を出す 3. 耳を温める



