



秋の
大運動会

紅組 VS 白組

種目

1. ホースリレー
2. 玉入れ
3. バインダーでピンポン
(職員による)

う ん ど う か い



選手
宣誓

代表者の選手宣誓
の後は、準備運動
で、「梅干し体操と
パタカラ体操」を、
行いました。皆さん
怪我無く、楽しみま
しょう♪



玉入れ

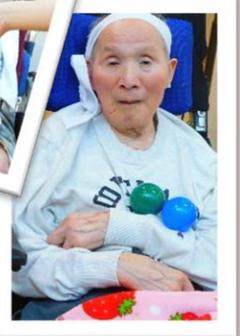
ホースリレー



い〜ち。
に〜。
さ〜ん。



ハイタッチ!!!





おめでとう
ございます!



金メダル



ありがとう
ございました
(感動の涙)

お疲れさ
ました。



やった~!
じゃんけん
に勝ったわ~♪



今年も接戦の末、最後のじゃんけんで
白組が優勝!!
皆様、リレーに玉入れと、元気いっばい
な、お姿を見せて下さいました。



閉会の言葉

秋の御膳



【御献立】

- ・きのこ御飯
 - ・けんちん汁
 - ・秋鮭の塩麴焼き
 - ・高野豆腐と南瓜の炊き合わせ
 - ・焼き茄子
 - ・果物(柿)
- くおやつく
・焼きいも又は
安納芋の
ムース

秋を感じられる献立が皆様に好評いただき、「きのこ御飯が美味しかった」「具沢山のけんちん汁が良い味だった」などの声をいただきました。

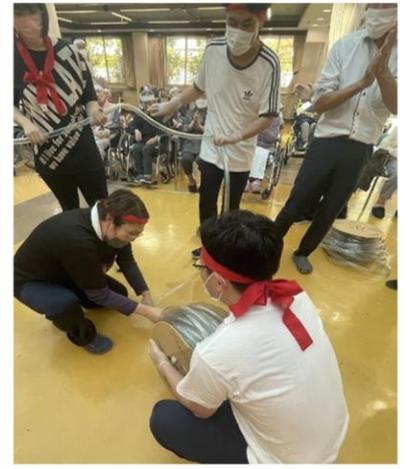
今が旬の秋鮭には、アスタキサンチンが含まれ、美容・発がん予防・生活習慣病に良いとされています。また、さつまいもには、ビタミンCや食物繊維が豊富で、肌荒れや便秘を改善し、老化を防ぐ作用があります。

管理栄養士 矢作



番外編

職員も大盛り上がり♪

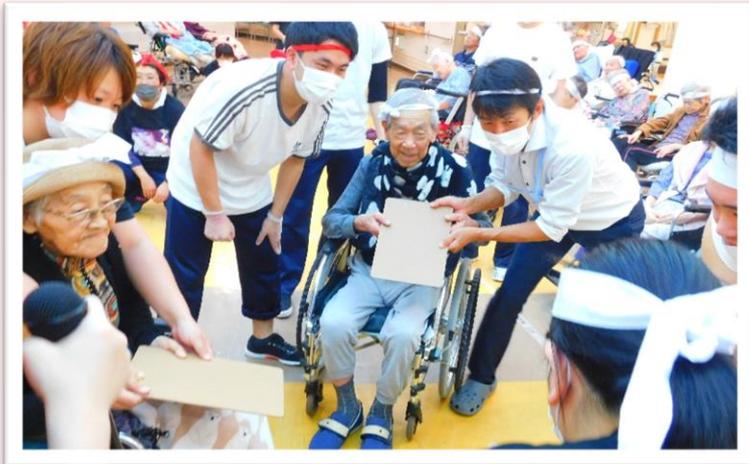


職員によるホース巻き取り競争は、腕力の戦いになり(笑)白組の勝利★
バインダーピンポンは、周りがの安全が気になり、記録が伸びず・・・



紅組第3チームが「8回」で、
今日一の記録を打ち出し、紅組の勝利(笑)

ピンポンをお試して、皆様にも挑戦していただきましたが、ちょっと難しそうでした。
それでも皆様、とってもいい笑顔(*^▽^*)



社会福祉法人
ひふみ会

Hifumikai

Vol.33 編集/事務局

