



施設前のさざんかが満開です



親光だより 11月号



1階せせらぎ  
さつま芋堀り &  
大学芋クッキング



告知ポスターを一緒に作成しました



さつま芋堀りの様子



どこにある  
かな...



掘れました!



一緒に大学芋作り!



完成!

2階そよかぜ  
じゃがバター～  
秋祭り!

ユニットでじゃがいもをふかし  
バターを乗せてご提供!  
ホクホクで美味しい!(^)/  
と大好評でした!



いらっしゃいませ!



# 芸術の秋

## 【ひだまり写真館】

3階ひだまりでは廊下に日本の風景写真を展示し  
皆様に鑑賞して頂きました！

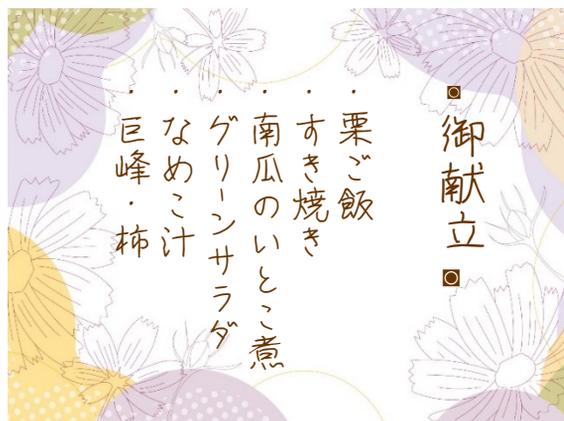


風景の他にも猫や犬などの  
写真も好評でした！

## 今月の行事食



秋の味覚満喫御膳



山を散策しながら、ドングリや栗を拾ったり、柿やぶどうをみつけると、  
小さい秋♪、小さい秋♪、小さい秋♪、みつけた〜♪ 歌いたくなりますね\(-o-)/  
10月の行事食は、日帰りバスツアーに負けないように、秋の食材(🍁🍠🍷)を色々取り入れた

『秋の味覚満喫御膳』を楽しんでいただきました♡。

茨城県の郷土料理である「かぼちゃのいとこ煮」の絶妙な甘さに、皆さんから大好評でした😊。  
南瓜に含まれるβ-カロテンは体内でビタミンAに変化します。皮膚や粘膜の免疫力を高める働きがあるので、寒くなって乾燥し始めたこの時期には、ぜひ摂ってほしい食材です!(^\_^)!。

管理栄養士 大野

こんにちは、2Fフロアリーダーの加藤です。

一段と秋が深まり、赤や黄色の落ち葉がきれいな季節になりました。

11月は立冬を迎え、暦の上では冬になります。

寒さが増すと、我が家の晩ご飯メニューは鍋料理の回数がぐんと増えます。簡単で美味しく野菜もたくさん食べる事ができ身も心も温まります。鍋料理で身体を温めて、しっかり栄養を摂り、この冬を乗り切りたいと思います。11月はフラワーアレンジメントやおやつ作り、12月はクリスマス会を予定しています。入居者様が楽しまれている様子をお伝えできるよう、楽しい行事を企画・実施していきたいと思ひます。

この時期、朝夕の冷え込みが一段と増して参りますので、入居者様の体調管理には十分気を付けて参ります。

## 職員だより



2階フロアリーダー  
加藤 紀子

