



《9月の取り組み》

一筆書き・・・お題は「秋」。秋にちなんだ漢字一文字を色紙に書いて頂きました。久しぶりの書道に少し緊張気味の人もいましたが、皆さん、もう手馴れた様子で、意欲的に取り組まれていました。作品は展示させていただきます。

満月風船入れ・・・2チームに分かれ円になり、黄色いお月様の風船を真ん中の筒に入れるゲームです。力加減が難しく、フワッフワッと飛んで行ってしまいます。

「あっちよ〜！」「優しくね！！」などと、皆で協力し合って得点しました。

お月見ゲーム・・・お玉を使って、お団子を隣の人へ、どんどん送って行き、三宝に乗せてお月見団子を早く完成させたチームの勝ちです。コロコロ転がるお団子に悪戦苦闘！皆で協力して、お月見することが出来ました。

敬老会・・・御長寿や賀寿の表彰など、敬老会を行いました。職員から手作りカードやお花などのプレゼントをさせていただきました。そして保育園児による踊りの発表(月、火、金)がありその可愛さに顔がほころび、皆さんニコリ笑顔。おやつは豪華なケーキバイキングです。8種類のケーキに「どれも美味しそう！」とケーキに舌鼓。続いて大画面による、スライドショーの始まりです。画面に映し出される皆様に、職員が紹介メッセージを贈りました。最後は歌のプレゼント、今年は中島みゆきの「糸」をピアノの伴奏に合わせて、皆で合唱しました。敬老おめでとございます。

《10月の取り組み》

第一週 外出レク・・・季節も爽やか、今年は野毛山動物園へ、おやつを持ってお出掛けします。秋晴れになるといいですね。

第二週 つぎはぎ川柳・・・上の句、中の句、下の句をそれぞれ別の人が考えて、一つの俳句に仕上げます。どんな俳句が出来上がるのか、お楽しみに！

第三週 絵手紙・・・題材は自由です。絵具を使用し、描いて頂きます。

第四週 ハロウィンゲーム・・・おばけ南瓜に、おばけに、コウモリ登場！キャンディーボールを投げて退治します。

第五週 栗拾いゲーム・・・軍手にトング、ザルを持って栗拾い。落ち葉の中に落ちている栗を沢山拾ったチームの勝ちです。



ナース通信

《毎日楽しく健康に過ごせるように・・・》

毎日10分の運動と1日350gの野菜を摂りましょう

- ・一日10分程度、早歩きをしましょう。(座って行っても効果はあります)
- ・生活習慣病予防の観点から1日350g程度、食べる様にして下さい。

《目安》

- ・ほうれん草1/2束(150~200g) ・たまねぎ(中)1/2個(100g)

栄養科

10月の行事食とおやつ

《行事食》

13日(火) 体育の日 いなり寿司。

24日(土) 駅弁『千葉県』 栗御飯(成田市)、菜の花(千葉県の県花)のピーナッツ和え

いわしのつみれ汁(飯岡)、枝豆料理(野田市が枝豆生産量日本一)

《特別おやつ》

1日(木)~7日(水) ジュースとおやつを持って、外でおやつを食べます！

