

《11月の取り組み》

ハロウィンゲーム(10月)・・・3段に積み上げたカボチャの口に向かって、キャンデーに見立てたボールを投げ入れ点数を競いました。段ごとに点数が違う為、得点の高い上段を狙う方が多く、見事に入った時は歓声があがり皆さん子供に帰ったように楽しまれていました。

輪唱・合奏・・・秋にちなみ「紅葉」や「静かな湖畔」の輪唱を行いました。初めは、皆さん恥ずかしい様で声あまり出ませんでした。慣れると大きな声になり最後は大会に出てもいいほどのきれいな輪唱になりました。また合奏では「虫の声」を3つの楽器にわけ、それぞれのパートをリズムに合わせて演奏しました。

芋取りゲーム・・・3つのチームに分かれ、テーブルの上にある落ち葉の中から芋を箸でひとつ取り隣の方にバトンタッチ！テーブルごとに芋が何個取れるか競いました。割りばしで大きい芋を取るの難しく、皆さん悪戦苦闘！周りの応援を力に一生懸命頑張りました。

『**水戸黄門**』・・・文化祭ということで職員による劇を行いました。悪代官と越後屋のやり取りに大笑いされたり、助さん格さんと悪代官越後谷との立ち回りでは歓声があがったりと皆さん楽しまれていました。水戸黄門役には利用者様の協力もあって見事な演技を披露して頂きました。来年もお楽しみに！！

*「ボーリング」は次回掲載致します。

《12月の取り組み》

第一週 正月飾り作り・・・お正月用の壁飾りを作ります。

第二週 言葉ゲーム・・・紙に書いた五十音の文字を使い、文字数を決めて「言葉」づくりを行います。

第三週 クリスマス会・・・クリスマスの歌を歌ったり、職員の出し物を観て頂いたり美味しいおやつを食べて、皆さんでクリスマスを楽しみます。

第四週 忘年会・・・毎年恒例の忘年会を行います。今年の食べ物はなんだろう？楽しみにして下さい。



ナース 通信

朝・夕寒くなってきましたね。この時期になると流行してくるのがインフルエンザ！！そこでインフルエンザ予防を心掛けましょう。

《インフルエンザ》予防するには・・・

1. 外から帰ったら小まめに**手洗い・うがい**をしましょう。
2. お部屋は濡れたタオルを干したり、加湿器などで**湿度を50～60%**に保ちましょう。
3. **1～2時間に1回**程度、**換気**をしましょう。
4. **栄養バランスの良い食事**や**十分な睡眠**をとり、体の抵抗力を高めましょう。
5. 人ごみを避け、必要がある時は**マスク**を着けましょう。

* **予防接種を早めに受けましょう**(抗体が出来るまで1ヶ月程かかります)

栄養科

《12月の行事食とおやつ》

《行事食》

22日(土) 冬至うどん、揚げ出し豆腐柚子あんかけ
うどんを温めて、柚子の香りをお楽しみ下さい。

25日(火) オムライス 粉雪サラダ

《おやつ》

抹茶ババロア(1日)、クリスマスケーキ(3～8日)
練り切り(前半冬水仙、後半クリスマスツリー)(10～15日)
フッシュド/エル・いちごサンタ(17～22日) **サンタまんじゅう**(25日)
手作りおやつ(忘年会)(26～28日) **フチケーキ抹茶**(29日)