

スマイルスマイル新聞

9月号

令和3年9月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや



短期入所生活介護事業所

どこからともなく聞こえてくる虫の声が、秋の深まりを感じる季節となりました。皆様におかれましてはお元気にお過ごしでしょうか。



最近の大きな行事としては9月5日までパラリンピックが行われていました。パラリンピックの中継が始まると温かな眼差しをテレビに向けていらっしゃいました。「また始まったね～。」「すごいね～。」「がんばれ～。」等々の声が聞かれ、ウェルハートからも熱い声援を送りました。

秋の訪れに合わせ季節を感じていただけるように食堂に、中秋の名月・十五夜の満月とウサギ・紅葉を飾りました。「かわいいね～。」「昔お団子作ったね～。」「ススキも取りに行ったよね～。」等の会話が聞かれました。

皆様により快適に過ごして頂く為に、食堂のエアコンを新しいものにしました。寒暖差が激しくなってきましたので体調管理にご留意下さい。

※毎週火曜日と木曜日に機能訓練指導員による機能訓練を行っています。



厨房便り



今年は雨の多い夏でしたね。まだまだ暑さの残る9月ですが、それでも「食欲の秋」はやって来ます！年間を通していろんな食材が揃うようになりましたが、やっぱり旬を迎えた食材は、美味しさと合わせて栄養価も高くなります。夏の暑さで弱った体調の回復と、冬に備えて栄養を蓄えるなどの効果もあります。秋は鯖や秋刀魚、さつま芋や里芋、きのこや栗、なんといっても果物が豊富です。旬を逃さないよう上手に秋の味覚を楽しみましょう。



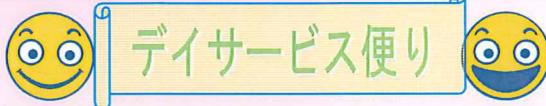
☆敬老の日の9/20（月）より9/25（土）までは、敬老会週間として、グルメ週間になります。日替わりでお赤飯や栗ご飯、きのこご飯など、おかずも普段と違ってお弁当箱に詰めてお祝い膳をご用意しています。お楽しみに

スマイルスマイル新聞

9月号

令和 3年 9月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ
岡谷市長地片間町1-11-1
ウェルハートおかや



9月に入ってから朝晩の風が涼しくなりましたね。
体調を崩しやすい季節となりましたので、皆さん気を
つけてお過ごしください。

★おやつ作り★



8/17(火)・18(水)にあんみつ作りを行いました。皆さん慣れた手つきで切ったり盛りつけたり
見た目だけではなく、もちろん味も美味しく出来ました。

★音楽健康体操を頑張っています！皆さんのお気に入りです★



10月の予定

もみじ風呂:10/11～16
おはぎ作り:10/7・8



10月の予定

10/4(月)カボチャのいとこ煮作り



10/12(火)・13(水)芋餅クルミ味噌だれ作り

10/15(金)・16(土)さつま芋の茎を取って

茹でてきんぴら風に煮て食べます。

10/22(金)ナスの蒸しまんじゅう作り

中庭で収穫したナスを使います。

感染対策には十分配慮して行います。



8月20日に蒔いた大根が大分大きくなりました。午後の活動に外に出て、苗を少し、間引きました。

「ここらのは抜いてもいいよ。」と教え下さり、ちょうどよい間隔になりました。これから収穫まで、水や肥料をあげて、生長を見守ります。抜いた大根葉は茹でて冷凍しています。おはぎの時の汁物に使います。

◎ 一般型、認知症対応型共に利用の空きもありますので、振り替え利用、追加利用
曜日変更、夕食付き延長、お試し利用等 気兼ねなくご連絡ください。

電話：28-0755 担当：武井、渡邊、高澤