

※個人情報保護のため写真などを一部、加工する場合があります。

敬老の日
おめでとう
ございます
これから
元気にお過ごし
ください



敬老の日



百寿のお祝い



茶寿のお祝い

～元気に集う郷～

秋になると気温も真夏より涼しくなってくるのに夏バテのようなだるさ、食欲不振、疲れがとれない等体調不良を感じることはありませんか？

温度差による自律神経の乱れが原因のことも…。季節の変わり目で気温差や気圧の変化に体が対応しきれず自律神経が乱れがちです。自律神経は、体温以外に血液循環、代謝などの機能もコントロールしている為全身に様々な症状が現れるのです。予防の一つですが入浴は湯船にゆっくりとつかり、体を中から温めましょう。リラックスすることで自律神経の乱れを整えるとともに、血液の巡りもよくなるのでお勧めです。



～新入職員のご紹介～



よろしく
お願いします



看護師 島本

7月から入職させていただきました。まだまだ不慣れですが、皆様の健康管理に精一杯努めさせていただきます。よろしく申し上げます。

寄贈品

京都府茶協同組合様からお茶(ティーバッグ)を頂きました。



ショートステイ

もうすぐハロウィン!!ハロウィンのちぎり絵をしました。細かい作業なのでみなさん真剣です。



栄養科通信



敬老の日献立祝



【メニュー】

- ・お赤飯のおにぎり
- ・天ぷら
(海老・蛸・南瓜・椎茸・しそ)
- ・カニ茶碗蒸し
- ・さつまいも饅頭

食旅記録

昨年から続けている食旅part2!
残るところ1/4となりました♪
このご時世の中ですので
こういったお食事をたくさん提供していきます!
少しでも旅に出かけた気分を
味わっていただければ幸いです。



和歌山(和歌山ラーメン)



千葉県(うな丼)

