

あさみぞハウス便り ひまわり

第14号平成28年10月1日
社会福祉法人 喜楽会
小規模多機能型居宅介護 あさみぞハウス
相模原市南区当麻 893-8 ☎042-711-9435

10月は旧暦で神無月です。その由来は諸説ありますが、出雲大社に全国の神様が集まり、一年の事を話し合うため、出雲以外には神様がいなくなることから、神無月という説があります。ちなみに出雲では神在月（かみありづき）といわれているそうです。

10月の年中行事 1日 衣替え 13日 さつまいもの日 31日 ハロウィーン
10月の誕生花 菊 コスモス ガーベラ クルクマ



▲芸術の秋！！ 各イベント会場をめぐり、芸術にふれながらスタンプラリーに参加しています。スタンプを集め記念品をいただいた方もいらっしゃいます。相模原市立博物館他。



▲あさみぞホームデイケアセンターとの合同デイサービスを行いました。みなさんいつもと違った雰囲気の中、とても楽しそうに過ごされていました。平成28年9月4日城山公園水の苑にて。

♡健康だより♡ ～季節の変わり目の体調不良～

寒暖差が激しく、朝は寒いけれど日中は暑い。そんな日も多い季節です。季節の変わり目は自律神経が乱れることがあり、頭痛や吐き気、動悸など様々な体調不良が出てきます。自律神経を整える為には、①いつもより多めの睡眠、②生活リズムを整え、体内時計を整える、③無理のない運動を生活に取り入れるとよいでしょう食欲の秋、読書の秋、健康に素敵な季節を過ごしていきたいですね。

～今月の制作コーナー～



▲お月見を楽しもう！ということでお月見しているうさぎとお月見のだんごを制作しました。三方も手作りです。すすきはみなさんと河原まで取りに行きました。宿泊サービスをご利用の方は夜に綺麗な満月を見ることができました。

～10月の予定～

- 3日(月) 制作クラブ
- 4日(火) 制作クラブ
- 13日(木) 喫茶ひまわり
- 19日(水) 誕生日会
- 27日(木) 喫茶ひまわり
- 31日(月) ミニハロウィーンパーティー

～今日のメニュー～



敬老会メニュー。栗赤飯に天ぷら、鯖の西京焼に五色煮！ボリュームいっぱい笑顔になります。

あさみぞハウスではご利用様を募集しております。
また、介護相談も承っておりますのでお気軽にお電話ください。
☎042-711-9435 担当：田代・仲田

『ひまわり』は喜楽会のホームページでも
ご覧になることができます。

あさみぞハウス

検索

