

12月行事予定

ほりこしデイサービスセンター

紅葉見物



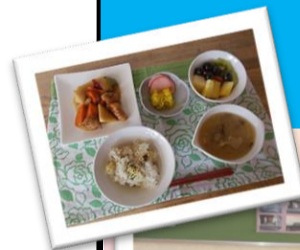
10月24日～26日の3日間、津軽ダムへ紅葉見物に行ってきました。少し早めの紅葉見物にはなりませんが、天気にも恵まれ、3日間共に絶好のドライブ日和になりました。道中車内では「久しぶりに遠くまでドライブに行けるなんて嬉しい。」と皆様大変喜ばれ、景色を楽しまれていました。来年もまた一緒に紅葉見物に行きましょう★

- 1 (金)
- 2 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 3 (日)
- 4 (月) ガール美容室
- 5 (火)
- 6 (水)
- 7 (木) 大雪・元気アップ体操
- 8 (金)
- 9 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 10 (日)
- 11 (月)
- 12 (火)
- 13 (水) 売店
- 14 (木)
- 15 (金)
- 16 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 17 (日)
- 18 (月) 元気アップ体操
- 19 (火)
- 20 (水)
- 21 (木)
- 22 (金) 冬至
- 23 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 24 (日)
- 25 (月) クリスマス会
- 26 (火)
- 27 (水) 餅つき会
- 28 (木) 売店
- 29 (金)
- 30 (土) おやつ作り(太陽の里)
- 31 (日)

レストラン里



グループホーム太陽の里



今月のほりこしの一品  
【 豚肉の角煮 】



豚肉の角煮には、タンパク質、ビタミン類、食物繊維等栄養素が豊富に含まれていて「疲労回復」「がん予防」「貧血予防」「目の健康維持」「老化防止」「美肌効果」などの健康効果があります★

御家族の皆様へ

本年も残すところ一ヶ月となりました。クリスマスやお正月等イベントもあり、仕事納めにおきて忙しくなることから、体調を崩したり、インフルエンザ・コロナウイルス・ノロウイルス等の感染症も心配になる時期です。今年は暖冬になると予測されており、日々の寒暖差が大きくなることも考えられます。免疫力をつける為にも、バランスの良い食事・良い睡眠・室内の換気・適度な運動を心掛け、感染症の予防と健康維持に努めましょう。

10月26日(木)「収穫祭」と題しレストラン里を行いました。畑で採れたさつま芋を使った、炊き込みご飯やきのこ汁など、収穫の秋を感じるメニューを作りました。利用者様には盛り付けも手伝って頂き「次も料理の手伝いしたい」食事の際には「きのこ汁は身体が温まった。美味しかった」とそれぞれに秋の味覚を堪能しました。

行事の様子等ホームページに載せておりますので是非御覧ください。

URL <http://ryokufu.or.jp>

緑青園

検索

