

11月 行事 予定

おやつ作り

- 1 (金)
- 2 (土)
- 3 (日) 文化の日
- 4 (月)
- 5 (火)
- 6 (水)
- 7 (木)
- 8 (金)
- 9 (土)
- 10 (日)
- 11 (月)
- 12 (火)
- 13 (水)
- 14 (木)
- 15 (金) 七五三
- 16 (土)
- 17 (日)
- 18 (月) おやつ作り
- 19 (火) おやつ作り
- 20 (水) おやつ作り



9/18(水) 今回のおやつ作りは津軽地方に伝わる紅ショウガを入れた甘〜い「いなり寿し」。
利用者様から食べたいとの要望で挑戦しました。
味の決め手は、紅ショウガと砂糖の量!!油揚げに入れたら三角や俵型にして完成です。
出来上がりを食し「皆で作ったから特別美味しいね」と皆さん笑顔でした。

- 21 (木)
- 22 (金)
- 23 (土) 勤労感謝の日
- 24 (日)
- 25 (月)
- 26 (火)
- 27 (水)
- 28 (木)
- 29 (金)
- 30 (土)



栗拾い



10/1(火) 谷川フキ様のご厚意により秋晴れの中畑の栗拾いを行いました。
「子供が小さい時は拾いに行ったもんだけどなあ〜」と懐かしみ、両足で栗を抑え手慣れた様子で収穫しました。
「お天気も良くて面白かった」と満足な1日となりました。

★ 今月のひと品 ★
「サツマイモ」は食物繊維やビタミンCカルシウムが豊富で便秘解消やシミ対策、美肌効果に役立ちます。さつま芋御飯にして食べてみませんか。



御家族の皆様へ

八甲田山や岩木山の紅葉が里にも降り、鮮やかな彩りが秋の深まりを感じさせる季節となりました。秋は涼しく集中しやすい時期と言われています。読書や運動等いろいろな活動に取り組んでみてはいかがでしょうか。

朝晩の冷え込みも強くなり空気の乾燥によりインフルエンザやノロウイルス等の感染症も流行しやすい時期となります。手洗いうがいの他、温度や湿度にも気を付け、体調に十分に注意してお過ごしください。

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

