



秋も深まった10月9日、栗拾いレクリエーションを行いました。
造花の紅葉や枝とともに栗をテーブルに並べ、皆様方には炭バサミで栗を搥んでいただきました。栗を搥んで容器に移す作業は手指のリハビリ効果があり、栗や紅葉は季節を感じていただくねらいがあります。多くの方が積極的に参加され、とても盛り上がりました。
この日のおやつは栗羊羹。甘くておいしい栗は栄養面でも優れており、ビタミンC、カリウム、食物繊維が豊富です。カリウムは、ナトリウムを体外に排出し、むくみや高血圧予防に効果的です。栗のビタミンCはでんぷんに包まれており、熱に強いという特徴があります。また、渋皮にはタンニンが含まれており、動脈硬化の予防にも役立つそうです。硬い皮に包まれた栗の実には、栄養素もギュッと詰まっていたのですね。旬の味覚を味方に、これから流行る風邪等も乗り切りましょう！



あさがお通信

ヴィラ南本宿
ショートステイ・本入所
2019年11月



今月の作品

書道では季節をテーマに職員がお手本を書いておりますが、皆様方の中にはお手本を上回る腕前の方も多くいらっしゃいます！

レクリエーションのご様子

本日のレクリエーションは塗り絵です。
かわいらしいお人形のイラストを、皆様方のお好きな色で塗っていただきました。時には職員と談笑しながら、時には真剣に黙々と、色鮮やかな作品が仕上がりました！





レクリエーション予定

令和元年11月10日～12月9日



日	月	火	水	木	金	土
11/10	11	12	13	14	15	16
	絵画・書道					音楽療法
17	18	19	20	21	22	23
	絵画・書道		絵画・書道			
24	25	26	27	28	29	30
	絵画・書道			紙芝居		
12/1	2	3	4	5	6	7
	絵画・書道		絵画・書道			
8	9					
	絵画・書道					

※上記の日程は、職員の出勤状況により変更になる事がございます。

ショート ご予約・お問い合わせ 045-351-7500 高橋・松川
 本入所 ご予約・お問い合わせ 045-351-7500 松川・小野

季節の行事・カレンダー



季節の行事

11月23日 (土) 琉球三味線



その他のイベント

11月11・18・20・25日

絵画または書道

12月2・4・8日

11月16日 (土)

音楽療法

11月28日 (木)

紙芝居

12月6日 (金)

カラオケ