

秋まつり開催



11月号

9月に開催された納涼祭。盛況のうちに終了し、たくさんの喜びのお言葉を頂戴いたしました。皆様の「またやってほしいな。」の気持ちにお応えするべく、11月16日に「秋祭り」に名前を変えて、今シーズン2回目のお祭りを開催いたします。新型コロナウイルスの影響で今年の文化祭は中止となりました。少しでも皆様に秋を感じて頂けるよう、盛り上げてまいります。

※当日の昼食は、屋台メニューからお好きなものをお選び頂きます。

お問い合わせ先
社会福祉法人 愛生福祉会
愛生苑デイサービスセンター
☎052-901-7621
【担当】 加藤・渡辺

令和2年10月20日発行

佐藤看護師の健康

マメ知識コーナー



「秋バテ」とは、夏の暑さもやわらぎ、ようやく涼しくなってきたのにもかかわらず、身体がだるい、疲れやすいなどの身体の不調が続いている状態をいいます。夏から秋にかけての気温の変化や暖かい日中から夜にかけての温度の変化などの寒暖の差の繰り返りで、自律神経系の乱れに起因して現れる様々な症状を指します。対策として食事は、温かいものや色の濃い野菜を積極的に摂ること。入浴は、38～39℃の温めのお湯にゆっくりとつかることで血行を良くし、心身がリラックスモードに切り替わり、体力や胃腸機能の回復を助けてくれます。

10月のベストショット



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 (文化の日)	4	5	6 洋食の日 お菓子工房	7 麻雀大会
8 渡邊の フットマッサージ	9 お祝い膳 茶の湯	10 パン工房	11 秋の味覚 大BBQ	12 えっちゃんの ハンドマッサージ	13 高橋書道教室 寿司三昧	14 さなえ 珈琲教室
15 映画観賞会	16 秋祭り	17 美穂さんの メイクサロン	18 美穂さんの メイクサロン	19 ネイルサロン	20 高橋書道教室	21 上甲さんの 華道教室
22 パン工房	23 (勤労感謝の日) 上甲さんの 華道教室	24 ネイルサロン	25 お楽しみ食 えっちゃんの ハンドマッサージ	26 中華三昧 風呂の日 ～紅茶風呂～	27 まきちゃんの おしゃべりサロン	28 麻雀大会
29 お菓子工房	30 さなえ 珈琲教室	※予定は変更となる場合がございます。ご了承ください。				

11月の入浴剤

お茶・トレハロース・レモンティール・巨峰

美穂さんのメイクサロン

5月に入社した蓼沼美穂スタッフが行うメイクサロン。

『いつまでも女性らしく』をテーマにした女性向けイベントとなります。

お化粧後は記念撮影をさせていただきます。

女性の方のご参加をお待ちしております。

秋の味覚大バーベキュー

秋と言えば食欲の秋！秋に旬を迎えるおいしい食材をふんだんにご用意して、皆様のお越しをお待ちしております。秋の味覚をバーベキューならではの調理方法でいただくのが、秋のバーベキューの醍醐味です。焼き立てアツアツをお腹いっぱいご堪能ください。

