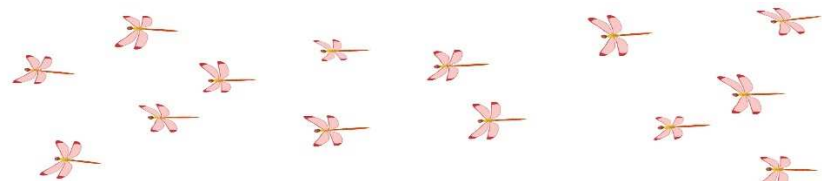


デイサービス まなぐら

2019 9月 ☎ (084) 976-8750



久しぶりに台風が豊後水道を通過して日本海へあがっていきました。デイサービスもお休みにになり、みなさんにはご迷惑をおかけしました。雨も風も想像より控えめに通りすぎてくれて、ちょっと安心しましたね。

暑さ寒さも彼岸まで…もうしばらく暑さは続くようです。この時期、朝晩が涼しくなると、日中の暑さで体が疲れてしまい体調を崩しやすくなります。エアコンを適度に使い、体が疲れないようにしましょうね。

9月の行事

- 14日(土) 交流訪問「なんでも会」
- 16日(月) 長寿めでたい会
- 17日(火) 料理の日「サンマのアクアパッツァ」
- 20日(金) お楽しみの日
「かぼちゃのみたらしおやき」
- 25日(水) 交流訪問「三味線」
- 26日(木) 風呂の日「レモン風呂」
- 27日(金) お楽しみおやつプレート



理学療法士の



クンポイントアドバイス

坂道を歩く

上り坂では、歩幅を小さくし、やや前かがみで歩きましょう。

難しいのは下り坂です。歩幅を小さくし、体を起こしぎみにします。勢いがつかないように、ゆっくり歩きましょう。

そうめん南瓜 と 牛肉の甘辛炒め



これがそうめん南瓜☆

17日(土)
夏といえば…そうです!!
そうめん南瓜の季節ですね!!!!
いつもなら、三杯酢でさっぱりと食べたいところですが、今回は牛肉で炒めてみました。



納涼祭

13日(火)

初めての納涼祭をしました。何をすれば「涼」が納められるのか…と考えました。結局、お祭りなので…ワイワイにぎやかに笑って過ごせる会になりました。

プールいっぱいの中紙の中から番号の付いたペットボトルを探す「宝さがし」やかき氷やたこ焼きの屋台も出ましたよ☆

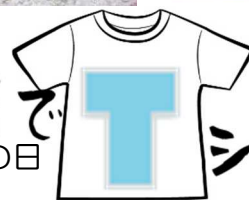


大人気のイチゴ味はあり
ませんでした…レモン
が大人気でした!



8日(木)

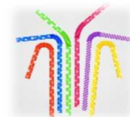
ふき絵



シャツ

暦の上では立秋は過ぎましたが、晴れの日が続いていたので…

青空にたなびく T シャツは、きれいだなあと思い、お楽しみの日
に吹き絵で柄をつけた T シャツを作りました。



10月の行事

4日(金) まなぐら喫茶

17日(木) 料理の日

「サルシッチャとジャガイモのソテー」

23日(木) お楽しみの日「紅葉に行こうよう」

26日(土) 風呂の日「竹炭風呂」

この他にもお楽しみおやつプレートや交流訪問など楽しいことを計画中です。お楽しみに♡

