

# デイサービス まなぐら

2020 11月 ☎ (084) 976-8750

つい最近まで、「暑いなあ」と思っていたのに…一雨ごとに一気に寒くなりましたね。慌てて、冬服を出した方もいらっしゃったのではないのでしょうか？でも日中はまだまだ、20℃を超えて暑く感じることもあります。羽織物を使って上手に気温の調節をしたいですね。



## 11月の行事

- 4日(水)・5日(木) 秋刀魚パーティー
- 17日(火) 料理の日「秋のクレープ」
- 20日(金) 握り寿司バイキング
- 25日(水) お楽しみおやつプレート
- 26日(木) 風呂の日「奥飛騨温泉」
- 27日(金) 料理の日「ちゃんちゃん焼き」



## 理学療法士の 転ばぬ先の杖 背筋を伸ばして！

年齢とともに背中が丸くなりがちです。背中の丸まりが増えた状態を円背<sup>えんぱい</sup>と言います。円背<sup>えんぱい</sup>を防ぐことは、骨折を防ぐことや飲み込み状態を保つことになります。

# 南瓜とニシンのパイ



27日(火) 🐈🐈🐈🐈🐈🐈🐈🐈🐈🐈🐈

あの映画「魔女の宅急便」に出てくる「南瓜とニシンのパイ」を作りました。みなさん映画を見たことがないようで、どんなものができあがるのかと興味津々でした。映画でキキは配達先の人に「このパイ好きじゃないのよね…」と言われていましたが、まなぐらでは好評でした。「こんなの家で食べたことない！」と言われている方もいらっしゃいました。



## 焼き芋

17日(土)  
秋に食べたくなるものといえば…  
そうです！「焼き芋」ですね！！

まなぐらでは、炭を熾してホカホカの焼き芋を作りました。自分で食べる芋は自分で選んでもらい、アルミホイルでまいてもらいました。大きい芋を選んだ方は、「お腹いっぱい食べられんわぁ〜」と言われている方もいらっしゃいました(笑)



## 五平餅

7日(水)  
新米のおいしい時に、ごはんできる昔ながらのおやつ「五平餅」を作りました。みなさんと一緒にごはんを握りたかったのですが…職員が全員分、頑張って握りました！味噌の焼けたにおいが、部屋中を漂っておいしくいただきました。



## 11月の行事

- 7日(月) 料理の日「お楽しみ」
- 17日(木) 料理の日「ニラチヂミ」
- 26日(土) まなぐら 忘年会

☺他にも、楽しい行事を企画中です。  
お楽しみに…♡