

気温差の大きくなる時節になりました。健康を保つためにも旬のものを普段の食事に、根菜、大根、人参、ごぼうなどを頂きましょう。  
疲労がたまったり、風邪をひいたりしたら「梅醤番茶」を。

## 10月の催し

ハンドベル演奏にご参加頂いた皆様

### 翔裕館 まつり



ご利用者の方々参加のハンドベル演奏は、たいへんな好評を頂きました。  
ボランティアさんによる大道芸も素晴らしく、セラピューティックケアの体験も好評でした。  
おかげさまで翔裕館まつりは来年につながる成果をあげることが出来ました。  
ご参加頂いた利用者様、ありがとうございました。

### 運動会



堅田学区体育協会より玉入れの用具を借り、玉入れをメインに運動会を楽しみました。  
赤組、白組に分かれての玉入れは子供の頃を思い出し、真剣勝負で頑張っていました。

### 10月の 作品



### 職員 紹介



看護師の前波久美子です  
定年後、老健やデイサービスで働いてきました。  
縁あってこちらのデイサービスで再び働く事が出来  
うれしく思っています。  
よろしくお願いします。

\* ちょこっとだより \* 自然療法

子供が熱を出した時は青葉のまくら。

大人の38℃以下の発熱にはキャベツの葉や青葉、38℃以上の時は豆腐パスター。  
氷で冷やすより熱を取ってくれます。

