



# あおぞらだより

No.233

令和2年9月30日

秋分を過ぎ 朝晩は涼しくなり過ごしやすくなってきました  
秋には美味しい食べ物がたくさんあります 皆様にとっては  
何の秋になるでしょうか 外出の際には十分な感染対策をして  
この季節でしか味わえないものを楽しんでいきたいものです



パッチワークのタペストリー  
利用者さんが作った作品です

## 敬老会 先輩方に感謝!! おめでとうございます!!

日頃の感謝を込めて全施設で一週間掛けて盛大にお祝いしました



感謝の気持ちを踊りで表現します



感謝状と記念品



お昼は豪華に～お祝い膳～



## 華麗なるステップと情熱的なギター 大塚友美フラメンコショー



ご自身の動かせる範囲で運動  
しましょう 気持ちがいいですよ!!

9月のリクエストはサンドウィッチ  
卵サンドとツナサンドです



### 職員より

入居施設では食事前に口腔体操を行っています  
加齢に伴い唾液の量が少なくなったり飲み込みが  
悪くなったりします 食事の前にはほっぺたや舌を  
動かしたり 発声練習をすることにより 口腔機能の  
低下を防ぐことができます 食後はきちんと歯磨きをして  
口の中を清潔にしましょう

介護センター 小池利果

