

# あゆみ

令和4年11月  
第158号

11月は旧暦で「霜月(しもつき)」とも呼ばれます。聞いただけでブルッと震えてしまうような呼び名ですが、その名の通り「霜が降りる月」が由来と言われています。朝晩の冷え込みも厳しくなってきていますので、服装などで調整し体調を崩されないようお気を付けてお過ごしください。

## 10月10日 トモの日 ～秋色御膳～

- ・鶏とごぼうの炊き込みご飯
- ・さんまのみぞれ煮
- ・豆腐の田楽
- ・ブロッコリーのさっぱり和え



<おやつ>

スイートポテト

## HAPPY HALLOWEEN <<10月31日>>

- ・ピースご飯
- ・かぼちゃコロツケ
- ・菜の花ソテー
- ・マカロニカレーサラダ
- ・コンソメスープ



<おやつ>

かぼちゃプリン



## 物作りレクリエーション

10月の物作りレクリエーションは「ぶどう飾り」を作りました。細長く切った紙で輪を作り組み合わせました。巨峰に見立てた紫色のぶどうとシャインマスカットに見立てた緑色系のぶどうの2種類を作りました。細かい作業になりましたが、助け合いながら、おいしそうなブドウが出来ました。



## 人気のレク「急いで付けて」



人気のあるレクリエーション「急いで付けて」を紹介します。くじを引き、指定された色の洗濯バサミをバスタオルに急いで付けるゲームです。3チームで、どのチームが早く正確に付けられるかを競います。この日は、負けず嫌いなご利用者様が多く、「はよ！はよ！」「ピンク足らんわ！」と声を掛け合い取り組まれ、とても盛り上がりました。



## 《音楽療法の様子です》

外へお出かけした気分になって、『高原列車は行く』を歌いました。皆様タオルやハンカチを振りながら、♪ララララ行くよお～♪と元気よく歌ってみえました。なかなかお出かけしづらいご時世ですので、少しでもお出かけ気分を味わっていただきました。



サービス利用・テイ通信

### 問い合わせ先

〒510-0266 鈴鹿市長法寺町 763

Tel 059-372-3811(代)

Fax 059-372-3814

Mail ruheheim@circus.ocn.ne.jp

HP <http://www.ruheheim.com>

新規ご利用者様・1日体験のご利用者様も  
随時募集しております。お気軽にお問合せ  
下さい。

デイサービスセンタールーエハイム

副管理者 栗田

介護副主任 分部