

はなみずき

令和5年 10月号
高志の郷デイサービスセンター
<http://www.fukuhoukai.jp/>

秋の季節になりました。陰陽五行説では世の中のあらゆるものを「木火土金水」の5つの要素にあてはめることができ、季節の場合は春＝木、夏＝火、秋＝金、冬＝水、土用＝土を合わせて5つになります。

夏の土用は有名ですが、実は季節の変わり目には必ず土用があります。ちなみに秋の土用は10月21日～11月7日です。

秋の土用は、夏の溜まった疲れが表面化しやすく、気温の寒暖差も生じて体調を崩しがちになるので、次の季節の前に健康に留意したいものです。

夏の土用は丑の日に「う」のつくものや黒いものを食べると良いと言われ、スーパーに鰻が並ぶので土用を意識しやすいですね。

秋の土用は辰の日（10月25日、11月6日）に「た」のつくものや青いものを食べると良いと言われています。例えば「た」のつくものは大根や玉ねぎなど、青いものは青魚（サンマ、イワシ、サバ）などが挙げられます。

土用は次の季節を迎える準備期間とも言えるので、年間を通じて心身ともに健康で過ごせるように休息や食事などを意識する期間にされてはいかがでしょうか？

介護職員 野畑知里



- 基本理念**
- 一、高齢者の生活と人権を尊重し、公正で開かれた施設運営に努めます。
 - 二、高齢者が地域で安心して生活を送ることが出来る拠点施設となるように努めます。
 - 三、施設は、利用者の社会生活の場として位置づけ、安全で安心して日常生活を送ることが出来る環境づくりに努めます。
 - 四、職員は、常に満足のいただけるサービスが提供できるように励み、地域社会活動にも積極的に関わり、地域から求められる施設となるように努めます。

10月誕生日の方

開発 眞理子様 金守 フサ子様
田中 多喜子様 宮田 淳子様
山本 藤子様



10月の行事予定

- ・カレンダー作り
- ・つるし飾り作り
- ・季節の行事



※予定は変更になる場合があります。

9月4日、JA高岡青年部様より 新米2袋(60kg)をいただきました!

おいしいね



ご馳走様でした!

有り難うございます!



お昼ご飯紹介

9月18日(敬老の日)のメニュー



赤飯
豆腐の味噌汁
エビフライ
筑前煮風
みかんゼリー

9月23日(秋分の日)のメニュー



山菜ごはん
きのこ汁
コロッケ
炊き合わせ
おはぎ

祝敬老会

祝敬老会
 一、執持施設長挨拶
 一、賞状贈呈
 一、お祝いの品贈呈
 一、アトラクション
 一、二人羽織しるしあみかき

祝

9月20日(水)、米寿をお迎えされた方々を表彰し、皆さんの長寿をお祝いしました！



職員が二人羽織を披露して笑いを誘いました！



おやつはどらやき！



祝



祝



祝



祝



9月の行事

輪投げゲームをしました！



入れ～！

皆さん、真剣です！



入るかな？



壁画・カレンダー制作風景



夕焼けとススキと子どもたち。秋だわね～。

秋の実りだわ

