



# ひかり

10月号

鳴鶴苑デイサービスセンター  
令和5年10月10日  
<http://www.fukuhokai.jp/>

空が澄み清々しい秋を感じる頃となり、体調管理にも気をつけながら過ごしていきたいこの頃ですね。

秋には実りの秋と言われるくらい美味しいものがたくさんあります。その中でも今が旬の栗の豆知識をお話したいと思います。

栗は体にいいと言われていますが、実際にビタミンC・B1・B2・食物繊維・葉酸など様々な要素が含まれています。また体を温めるとともに胃腸や腎臓を強くする滋養強壮の食べ物と言われています。食物繊維が豊富で、腸内にある老廃物の排出をサポートをし、腸内の老廃物のお掃除や便秘解消にもお勧めです。糖質をエネルギーに変える働きもあります。

他にもサツマイモやかぼちゃなど実りの時期です。  
バランスの良い食事を摂りながら、体調を整えていただきデイサービスに来られることを職員一同、心からお待ちしています。

介護職員 野村貴子



## 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でき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、安全で安心した日常生活を送ることができる施設となるように努めます。
- 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努めます。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月の誕生日の方おめでとうございます

稻垣 智恵子 様 小林 トシ 様 佐々木 愛子 様 波江 濱子 様  
能手 了子 様 平井 幸作 様 山下 伊久子 様



11月の壁画制作  
リンゴの木



## 冬の手芸制作のご案内 洋風しめ縄作り

紙ひもを使った洋風のしめ縄を作りませんか？

●材料費：270円  
現金ではなく、月々の料金と一緒に口座引落します。

●申込締め切りは10/21（土）まで。  
申込定員 40名程度。  
制作を希望される方は、介護連絡帳に記載するか、職員に直接お伝えください。



