

ささえ便り

平成30年9月26日

理念

高齢者が楽しく尊厳のある生き生きとした暮らしをささえます。
地域と共に歩み、地域の社会福祉の担い手として、すべての人がしあわせを感じることが
できるように社会貢献に努めます。



港町町会ねぶた

7月28日(土) 29日(日)

2日間に渡って港町町会のねぶたが行われました。
1日目は、スタッフが跳人となって参加しました。
2日目は、ささえまでねぶたが来てくれました。目の前で
見るねぶたや囃子は迫力満点でした。囃子に合わせて
踊りだす方もいました。

9月2日納涼会を行いました。
目の前で焼き上がるお肉や
焼きそばなど沢山のおかずが
並びました。スイカ割りや
流しそうめんも行い、大きな
歓声が上がっていました。



納涼会

敬老会



9月17日に敬老会を行いました。
当日はお赤飯のついた豪華な
お弁当が出ました。また、
長寿者の表彰やフラダンス、
踊りの余興などがありました。
ご家族様にも沢山来ていただき
盛大な敬老会となりました。



夏の暑さが和らぎ、だんだん涼しくなってきましたね。秋と言えば食欲の
1年で最も旬な食材が豊かでビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富で夏の疲れを
とる働きがあります。栄養を十分に摂って夏の疲れを吹き飛ばしましょう!!

秋刀魚・鯖 ビタミンが多く含まれ疲労回復にピッタリで生活習慣病予防に効果的。
さのこ類 食物繊維が豊富で免疫力を高め肥満予防にも役立ちます。
さつまいも 熱に強いビタミンが豊富で消化器系の働きを高めてくれます。
りんご ポリフェノールが多く含まれ病気や老化予防に役立ちます。

栄養士 小鷹まき子

施設に関する苦情・相談はいつでも受け付けております。

受付担当者：生活相談員 佐々木 早苗