

はるです



2022年12月9日号！



『はるです』12月9日号をお届けします。

今回のテーマは「食べる」です。

はるでは、日々の昼食は仕出し弁当を、またおやつの日やテイクアウトランチの日・お誕生日会でのケーキなど定期的に提供しています。



～おやつ～

「明日のおやつは何か～」「今日のおやつは何ですか」と期待を寄せていただいている、月2回あるおやつの日についてです。

利用者のみなさんからお預かりしているおやつ代の中から、職員が選んでおすすめのお菓子を購入しています。予算を相談しつつ季節を感じられるものや1度は食べてみたい銘菓など、地元の情報誌に載っている話題のお菓子をチェック！！利用者のみなさんと雑誌のお菓子のページを見てお話ししたりするのも楽しい時間です。おやつの日、食べた感想を話し合ったり楽しいひとときを過ごしていただけたらと思っています。

by さやえんどう

～食べること～

はるには、グループホームから通っている方が数名います。ホームによっては感染症対策で個室で食事したり、時間をずらして食事提供をしていたりと、なかなか前のように食事が出来ていないと聞きます。

はるでも外食はできませんが、普段と違う食事を楽しんでもらうために月に1回テイクアウトランチをしています。消毒などの対策をしながら、みなさんの好きな熱々のラーメンやハンバーガーを安心して美味しく食べられるように・・・。

by クレソン



・・編集後記・・

～冬に食べたい！栄養いっぱいのお菓子～

免疫力up効果のあるビタミンCや食物繊維の多い果物を食べて 寒い冬を元気に過ごしましょう。

- ・いちご…ビタミンCが果物の中でもトップレベルの含有量で7～8粒で一日の必要とするビタミンCが摂れるそうです。
- ・みかん…ビタミンCや便秘の解消、疲労回復に効果があるクエン酸やミネラルがはいっています。

はるを見てみたいと思った方は、ぜひ見学を！
お電話ください。0480-44-9056 お待ちしています！

