



つと通信 11月号

2022年11月10日発行 第93号

地域密着型通所介護
ニッケつと 犬山

犬山市

大字羽黒字古市場148-1

TEL 0568-68-6212

秋も深まり、街路樹や公園の木々も色づいてきました。空を見れば雲も高く秋の空「今日もいいお天気だね」と、皆さん笑顔でお話が始まります。今月末には紅葉ドライブも予定していますので、どうぞ楽しみに！

先月からの皆様のご様子をお伝えします。運動会、おやつレク、お誕生日会などがありました。

パン食い競争



ぼく！



借り物ゲーム



持ってきたよ！



それ！

お誕生日 おめでとうございます



寒さが苦手で、毎年冬はもこもこ。暖かい服装になられます。控えめなかたですが、笑顔がとても素敵です。

おやつレク



さつまいもタルト



スティックを刺して
完成！



さつまいものペーストを絞り、生クリームとさつまいもスティックを飾りました。

創作レク



そのかたらしくて
良いですね



色紙に手形を押し、花のシールを貼りました。きれいな花束を作りました。

11月に解きたい健康クイズ

11月は冷えて風邪をひきやすい季節です。免疫を上げ、体温が上がる食べ方は次のうちどれでしょう？

1. 30回以上噛んで食べる
2. 食べる前に水を飲む
3. 急いで食べる

答え：1. 30回以上噛んで食べる

よく噛んで食べることで体温が上がり、冷えを追い出し免疫力が高くなります。たとえ入れ歯になっても、よく噛んで食べることで体温が上がります。免疫力が上がると風邪などの感染症にかかりにくくなります。