

“結愛” ~ゆい~

『職員紹介』



11月1日より通所リハビリで勤務しています。介護職員の小林美紀です。入職して半月ほど経ちました。職員や利用者の皆さまが優しく、色々なお話をしてくださり、忙しいながらも毎日充実した日々を過ごすことができています。介護経験は5年目とまだまだ浅いですが、利用者様から信頼していただけるよう日々頑張りたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

『通所リハビリテーション～ハロウィン・外出レク～』

10月31日、ハロウィンにちなみ変装した職員が当日ご利用の利用者様へお菓子を配りました。利用者様にもお面や帽子をかぶっていただき雰囲気を楽しんでいただきました。

11月上旬には八田家書院への紅葉狩りへ行ってきました。天候も良く、程よく色づいた木々をみんなで眺めながら散策しました。



『今月の豆知識』

今月22日は、「冬至」です。二十四節季の一つで北半球では一年で一番昼が短く夜が長くなる日です。

冬至にはなぜカボチャを食べるのでしょうか？



冬至では「ん」がつく物を食べると「運」が呼び込めるといわれており、「ん」がつく食べ物を「運盛り」といい縁起をかついでいます。また、運盛りの食べ物の中でも「ん」が2つ続くと運も倍増すると考えられているそうです。カボチャは別名なんきんと言われ、運盛りと呼ばれる食べ物の一つです。また、カボチャはビタミンなどの多くの栄養を含んでいます。ハウスなどでの栽培技術がなかった時代、長期保存が可能なカボチャは野菜の不足する時期に食べることで、風邪などの病気を予防する効果を期待した先人の知恵とのことです。