

残暑も日ごとに和らぎ、朝夕はしだいに涼しさを感じる季節となりました。気温もちょうどよく過ごしやすい季節、食べ物がおいしい時期でもあります。秋といえば、旬の味覚を楽しむ「食欲の秋」、外で体を動かす「スポーツの秋」、感性を磨く「芸術の秋」、秋の夜長にぴったりな「読書の秋」などがよく聞かれます。秋に食欲が増す要因として、気温が下がると基礎代謝が上がるため寒い冬に備えカロリーを蓄えておこうとするとの諸説を耳にしますが、ぶどうや栗などの果物、サンマや鮭などの魚介、さつまいもや松茸などの野菜・きのこ類など…旬のおいしい食べ物や料理が豊富に揃っており、次から次へと食欲をかき立てることが大きな理由かと感じています。残念ながら現在はコロナ禍によりさまざまな制約・制限があり窮屈な生活となっていますが、色々なことに打ち込める絶好の季節ですので、ぜひ自分らしい秋の楽しみ方を見つけリフレッシュしてはいかがでしょうか。

垂水の里の畑で採れた新鮮なトマトを堪能！

できごと



レクリエーション

甘くて、おいしいね！



9月・10月 行事予定

— 9月 —

- ◎17日(金) 「敬老会」祝い膳
- ◎19日(日) バスハイク
- ◎26日(日) おやつバイキング
- ◎28日(火) 選択食

— 10月 —

- ◎6日(水) 屋外昼食
- ◎13日(水) 運動会
- ◎20日(水) 誕生食 さつまいも掘り
- ◎24日(日) おやつバイキング
- ◎26日(火) 選択食 (豚汁 or 潮汁)

※状況によって行事が変わる場合がありますのでご了承ください。

* 面会について *

新型コロナウイルスについては、新潟県全域に特別警報が発令されており全国的にも猛威を振るっている状況です。当園では引き続き「ガラス越し」や「リモート使用」の面会で対応させていただきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。尚、面会は予約となっておりますので事前にご一報くださればと存じます。 ☎ 64-2322

