

大垣市

お勝山共生型デイ便り



令和7年10月号

朝夕はめっきり涼しくなりました。体調は崩されておられませんか？
今月は運動会があります。皆様元気にご参加ください！



活動紹介

＜敬老行事＞

長寿のお祝いを行いました。
記念品をお渡しして、歌を歌いました。



箱の中身は何でしょう？ゲームです。
ドキドキで手を入れて当てています。

＜特別給食・敬老弁当＞



敬老を赤飯やちゃわん蒸しで
お祝いしました。
美味しいと好評でした。



今月のおすすめ 健康情報

秋の健康と過ごし方

日中と朝夕の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期です。
服装で調整したり、体を温める食事を取り入れましょう。
規則正しい生活を送る事が大切です。
また、乾燥対策として加湿器の使用、水分補給やうがいをしましょう。



おしらせ

☆出張理容トマトが10/24(金)にあります。
(カットのみ2,400円、顔そりのみ1,100円です。)
希望される方は職員にお申し出下さい。



体調がおかしい
な？と思ったらすぐ
に教えてください

