

## 敬老会

いつも笑顔をありがとう

お祝いのケーキ



長寿の節目を迎えられた方々です!



いつまでも元気でいてください



真っ赤な太陽



ジングスカン

職員による創作ダンス



ソーラン節

### 職員研修のお知らせ

- 10月 15日(火)・16日(水)
- 11月 26日(火)・27日(水)
- 12月 17日(火)・18日(水)

◇13:30~14:30、14:45~15:45

※感染症予防のため、参加される方はマスクの着用・手洗い、消毒のご協力をお願いします。

### ～防災～ご家庭でこれだけは Part2 準備しておこう!

あってよかった防災グッズをご紹介します!

- ガスコンロ、カセットボンベ
  - 缶詰
  - 水 (飲料水以外に生活水として)
  - 防寒具
  - 老眼鏡
  - 現金、小銭 (停電すると電子マネーが使えないことがあります)
  - 充電器、モバイルバッテリー
- 避難ルートの確保や、避難所など地域のハザードマップで確認しておくのも大切です。※ハザードマップはインターネットや区役所等で確認することができます。

10月のデイサービスのお出掛けリハビりは

三富今昔村 語りべ館 & パサール三芳 三芳PA(上り線)



お楽しみに〜♪

ホームページ・Instagram 随時、更新中!!



Instagram



@COMMUNITY.CARE2003

各事業所の空き情報・デイサービスのイベントの様子などを写真で掲載しています。ぜひ、チェックしてください!

### あき の簡単レシピ

#### 栗の炊き込みご飯

材料 (4人分)

むき栗	200g
米	2合
いりごま(黒)	適宜

○しょうゆ	小さじ1
○調味料	○料理酒 大さじ1
	○塩 小さじ3/4

～作り方～

- ① 米はといで、水気をきる。
- ② 炊飯器に①を入れて2合の目盛りまで水を入れ、大さじ1水を減らす。
- ③ 調味料を入れてよく混ぜ、栗をのせて普通に炊く。
- ④ 器によそい、好みでごまをふる。