

# ふれあひ通信

9月号 No.131



## 心地よい季節

いつの間にか涼しくなりました。食欲の秋、芸術の秋、行楽の秋。今年はどんな秋を楽しみますか？

## こんにちはご利用者さまの声

永井 滋郎様



センターから徒歩5分の極楽寺で撮影しました。親戚のお墓があるので職員さんと定期的にお散歩に来ています。ここに来て手を合わすことが日々の楽しみです。

永吉泰子様(左)  
泉本喜久子様(右)



端午の節句に向け、みんなでコツコツと貼り絵をしました。一番苦労したのは細い紐の部分で、はみ出さないよう気をつけました。頭部の色合いが良いのでとても気に入っています。立派な兜が完成しました。

## 夏祭り開催!

ニックスでは毎年大好評の夏祭りを9月4日に開催いたしました! お好み焼、イカ焼、山賊焼など美味しいメニューをはじめ、ヨーヨー釣りやくじ引きなどの縁日、ボランティアの方による演出も多彩で、楽しい夏の日を過ごしました。また、ベストケア・デイサービスセンター安芸府中ではニックス祭りを8月26日・27日に開催。射的やボールすくい、ポップコーンや綿菓子などの出店も登場し、みなさんと楽しみました。



## はじめまして! 新入社員紹介バトンリレー

4月に入社いたしました澄川真奈と申します。私は中学から大学までバレーボールをしていました。バレーボールを通じて精神面、肉体面、そしてチームワークの大切さを学びました。ニックスに入社し、これまで学んできたことを活かし、感謝の気持ちを忘れず、人と人との繋がりを大切にしていきたいと思っています。よろしくお願いたします。



## 気分リフレッシュ! 納涼会開催



元宇品のグランドプリンスホテルにて8月6日納涼祭を開催いたしました。親子ボウリング大会参加者40名、ビアテラスでの食事会参加者140名と今年も盛大に行うことができました。皆で食事や会話を楽しみ、暑さや疲れを吹き飛ばしました。これで業務のための英気をしっかり養う事ができたのではないのでしょうか。

## \*さおりん\*からプチ情報\*



管理栄養士 前田 紗織

鮭やきのこなどがおいしい季節ですね。鮭には血液をサラサラにするDHAやEPAが含まれ、生活習慣病の予防が期待できます。またビタミンB群も豊富なので食欲の促進や貧血予防にも役立ちます。きのこは低カロリーで食物繊維が豊富に含まれ便秘予防の作用があり、鮭と同じように体内代謝を促すビタミンB群も多く含みます。おいしくて栄養たっぷりの旬の素材で夏の疲れたからだを元気にしましょう!



台風が日本へ近づき少し心配でしたが、問題なく沖縄の添乗へ行ってきました。沖縄の海はやはりきれいでした。旅のことならお任せください。

**お問合せ** ニックストラベル  
**お申込みは** 電話:082-510-5858 担当:荒(あら)

## 秋のメニューが新登場!



かぐや姫弁当惣菜店では、きのこ栗の炊き込みご飯、きのこソースをつかった洋風弁当など、秋の新メニューが登場しました。中でもおすすめは、鮭ときこのホイル焼き。ホイル焼きにすることで食材の香りや旨み、栄養素をしっかりと閉じ込めていますので、カロリー控えめでヘルシーです。ぜひお試しください。



●秋鮭と茸のホイル焼き弁当(500円)