

# しまえんだより

# 10月

2022年10月号 特別養護老人ホーム 紫磨園



敬老の日の昼食&おやつ



美 81歳  
 美 55歳  
 美 85歳  
 美 97歳  
 美 83歳  
 美 90歳  
 美 81歳  
 美 87歳  
 美 87歳  
 美 95歳



## 10月の予定

毎週火曜日	炭田Dr診察
毎週金曜日	笹野Dr診察
毎週月・土曜日	訪問歯科
4日	美容ボラ

## 事務員佐々木のつぶやき



最近やっと涼しくなり、10月から全国旅行割も始まるということで、お出かけするには良い季節になってきました。今回は「海から眺める富士山」を紹介したいと思います。

静岡県の伊豆半島西側、伊豆市土肥(とい)から静岡市清水区まで「駿河湾フェリー」が就航しており、この航路では天気の良い日は駿河湾越しの富士山が見られます。普段陸地から見るのとは違い根元から広がる大きな富士山を体感できます。秋から冬にかけての静岡県は天気のいい日も多く、富士山が見えるチャンスも多くなると思います。

機会があったらぜひ行ってみてください。

日本一深い「駿河湾」から  
日本一高い世界遺産「富士山」を楽しむ船旅へ



ご家族様、俳句募集しております。紫磨園あてにお送りいただくか、お電話でお待ちしております！

発行人 今月の一句  
チャリ漕いで  
風切る顔に  
金木犀







# 敬老会が行われました。



## 皆様おめでとうございます！

### 防災食訓練を行いました

もしもに備え、夕食に防災食を食べました。意外においしい！量が足りない！様々な感想でした。紫磨園には利用者様・職員分それぞれ4日分の備蓄があります。



### 非常食 豆知識

非常時、炭水化物は支援物資として比較的手に入りやすいとされています。タンパク質やビタミン・ミネラル類の確保が大切になります。

是非、ご家庭の非常食を見直してみてください。タンパク質の摂れる焼き鳥缶やビタミンの摂れるフルーツ缶の常備をお勧めします！

