

# おもいあい



厳しい残暑が続いていますが、涼しい風や高く見える青空にふと秋を感じられる今日この頃、いかがお過ごしでしょうか。

俗に食欲の秋と呼ばれる時期になりましたが、なぜ秋になると食欲が増すのかご存知でしょうか。

一説では日光を浴びることで分泌されるセロトニンというホルモンが「食欲を抑える働き」を持っており夏に比べ日照時間の少ない秋にはセロトニンの量が減り食欲が増してしまうのではないかとされています。食べ過ぎには気を付けて秋を過ごしたいですね。



🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰 2024年9月 🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰						
日	月	火	水	木	金	土
1 ユニットレク	2 制作レク	3 ゲームレク	4 風船パレー	5 つるかめ体操	6 ドライブレク	7 わくわく体操
8 ユニットレク	9 カラオケレク	10 ドライブレク	11 制作レク	12 ゲームレク	13 輪投げレク	14 カラオケレク
15 ユニットレク	16 お茶会レク	17 敬老会	18 ゲームレク	19 理美容(髪や) & 誕生会	20 体操レク	21 ゲームレク
22 ユニットレク	23 カラオケレク	24 麻雀レク	25 体操レク	26 制作レク	27 お茶会レク	28 ドライブレク
29 ユニットレク	30 書道レク	※都合により、日時・レク内容は変更になることがあります。				

## Information

先月上旬に消防点検を実施しました。消防署署員の方々に設備の確認や職員への指導を行っていただき緊急時の対応を再確認しました。

## 想愛泉本町

〒921-8042

石川県金沢市泉本町 2-48

☎076-208-9050

www.suncare-life.com/souai\_izumihommachi



# 日常のご様子

様々な感染症の流行が見られたため感染対策に配慮しながらではありますが、利用者様が飽きてしまうことがないよう季節の制作レクやカラオケなどなど・・・様々なことに挑戦しました♪

かわいらしいの出来たよ～



おはようございます！  
一日お願いします♪



お茶でホッと一服・・・



いいお湯やったわ～



暑さが和らいだ日には施設周辺を散歩したり、お風呂の代わり湯で楽しんでいただいたりと日々の生活で季節などを感じていただけました。



デイサービスでは機能訓練、ショートステイでは生活の中でのリハビリ運動をしています🎵

スクワットがんばっぞー！



## 8月誕生会



8月がお誕生日の皆様です！  
おめでとうございます！！  
誕生会ではフルーツの甘酸っぱいケーキでお祝いました。