2026年デイサービス・ショートステイ
スマイル花はな通信10月号

いつもスマイル花はなをご利用いただきありがとうございます。
10月になり、秋の訪れを感じる季節となりました。
寒暖差もありますので、体調に気をつけながら元気に過ごしていきましょう。

10月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8 パン食	9 おやつレク スイートポテト イベント風呂	10 髙橋理容
11	12 運動会 スマート理容	13 おやつレク ジャムサンド	14	15 髙橋理容	16 パン食	17
18	19 おやつレク 杏仁豆腐	20 パン食	21 ハロウィンポスター作り	22	23	24
25 ハロウィンポスター作り	26 習字	27	28 おやつレク いなり寿司	29 パン食	30	31

お問い合わせ
新潟市秋葉区小戸下組24-1
TEL:24-8719　FAX:24-8738
担当　大野

追加・振り替え利用もお気軽にどうぞ

～お願いとお知らせ～

★ご家族に朝の検温をお願いしています。
37.5℃以上の発熱が見られた場合はご利用を中止とさせていただきます。
感染症対策のためマスクの着用も行っておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

★飲食物の持ち込み禁止！

感染症・食中毒の予防のため、医師に指示された場合を除き、飲食物を施設へ持ち込むことは出来ません。栄養剤、内服薬はこれまでと同様です。
※面会時など、施設内でご家族と一緒に軽食などを召し上がる際はお声掛けください。
※食欲増進や栄養補助の為必要な飲食物については各相談員へお問い合わせください。

低栄養について

低栄養とは、食欲の低下や噛む力が弱くなるなどの口腔機能の低下により、食事が食べにくくなることで徐々に食事量が減り、身体を動かすために必要なエネルギーやたんぱく質などの栄養が不足している状態のことをいいます。
栄養が摂れないと低栄養に陥り、心と体を弱らせる原因にもなります。
低栄養の予防として、①1日3食食べる。規則正しい食事リズムは生活リズムを整えることにもなり、活動することで空腹感も感じられ、きちんと食事をとることにつながります。一度にたくさん食べられない場合は、間食で牛乳などの乳製品、果物、市販の栄養調整食品からカロリーやたんぱく質を補います。②バランスのよい食事を心がける。菓子パンや、カップラーメンなどの加工食品のみで食事を済ませず、肉、魚、卵、乳製品、大豆製品などたんぱく質を多く含む食品をおかずに入れましょう。
また、デイサービスやショートステイなどに行き、外出する機会をつくり誰かと一緒に食事をとると食事の時間も楽しくなるでしょう。

9月 September

おやつレク

イベント食

習字

芋掘りゲーム

～スマイル花はなからお願い～

入浴後、洗濯物を入れる袋（2枚）

ご持参をお願いします。

施設SNSでも日々の様子を紹介しています

HP（ブログ）　Instagram　X　Facebook