



# おかもとだより

## 11月号

第197号

発行者 社会福祉法人 香東園  
特別養護老人ホーム 岡本荘 電話 087-885-2828

平成29年7月14日発行

### 岡本荘に獅子舞が来ました！



実りの秋を迎えた岡本荘に獅子舞が来てくれました。香川県は獅子舞がとても多い地域です。かねや太鼓の音が体中に響いてすごい迫力でした。きょうくちを演じる子どもを見て大喜びでした。地域によって受け継がれる獅子頭とゆたん、舞い方が違うので興味津々でした。

### 十二月の行事予定

- 12月6日 特養2F 望年会
- 12月7日 なごみクラブ
- 12月14日 いこい活動
- 12月12日 コーヒーショップ
- 12月18日 川岡幼稚園クリスマス交流会
- 12月28日 もちつき



### 今月の豆知識

～風邪を引きにくくする食べ物～

- ★ヨーグルト★ 170g/日ほど食べるといい。飲むヨーグルトもOK。
- ★お茶★ 紅茶やカフェインコーヒーフリーも効果あり。
- ★さつまいも★ 皮膚の免疫力を一番高めてくれるのはビタミンAです。
- ★きのこ類★ 腸内環境を整えてくれます。

食事で免疫力アップ

### 思い出を 忘れたならば また作る



#### 介護川柳

認知症になり思い出を忘れてしまっても、また一から何度でも作れば良いという川柳です。

### 一階ユニット活動

#### 楽しい遠足！！

なごみ、いこいユニット合同で瀬戸大橋記念公園に遠足に行ってきました。お天気に恵まれ楽しい一日となり帰ってから「楽しかったよ」「若返りをしたような気分や」等たくさんの笑顔が見られ職員も大満足の一日になりました！！



いいお天気で良かった～！

### 合同ユニット活動

#### 川部みどり園祭りに参加しました！！

作品を見たり、バザーのうどんを食べたりとってもにぎやかな雰囲気でした。楽しかったですよ～青鬼さんにも会っちゃいました！



うわぁ～びっくりした～

### ボランティアありがとう

- |      |       |             |      |
|------|-------|-------------|------|
| 馬場美苗 | 福家美恵子 | 山田明子        | 綿貫満子 |
| 神本里美 | 村山咲子  | 貝原直子        | 岡田初江 |
| 荻野久恵 | 鎌田幸子  | 穴吹ヤス子       | 高橋孝子 |
| 下谷洋子 | 山田英子  | 川岡地区社会福祉協議会 |      |

(敬省略)