



縁がわの窓から見える山が赤く色付き始めました。今年は熊が農作物を荒らしたり柿の木を占領したりと、各地で出没が騒がれています。この辺りに熊が生息しているかは分かりませんが、餌となる柿がありますので、出没されては困る！と、今月は一生懸命柿取りをしました。収穫のときはみなさん元気に声掛けしてくださいるので、スタッフも頑張り甲斐がありました。あと少しで収穫が終わります。11月に入り徐々に寒くなってきましたので、お風邪などには十分注意してくださいね！



福祉用具でお世話になっている鹿内さんがバイオリンを披露してくれました。コロナ禍で外出控えになった時から始めたそうですが、とっても素晴らしかったです。また是非お願いします！！



みかんを買いに神座まで



お食事仲間です



毎年何度も避難訓練を行っています



祝



おたんじょうび  
おめでとう!



みんなのお楽しみ



毎日食べたい「縁がわごはん」

健康にまつわるおもしろクイズ  
高齢者が1日に摂る水分量の目安は？

- ①体重1kgあたり80ml
- ②体重1kgあたり40ml
- ③体重1kgあたり20ml

答えは一番下へ↓



## 柿の収穫



ご質問、ご相談、空き情報などお気軽にお問合せください

答え

②体重1kgあたり40ml

体重が60kgあれば約2.4ℓです。

食事からも水分が摂れると考えられますが、

それでも1.5ℓは飲まなければならないと思った方が良さそうです。



そ