



vol.156 令和7年9月1日 ル・グランガーデン三島

ル・グランレポート

朝夕に吹く風が涼しくなり、少しずつ秋の気配を感じる頃となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

9月は夏の疲れが出やすく、気温の寒暖差によって体調を崩しやすい時期でもあります。特に日中はまだ暑さが残る一方で朝晩は涼しくなるため、自律神経の働きが乱れやすく、体調不良や食欲不振に繋がることがあります。こうした時期こそ、規則正しい生活と栄養のある食事を心掛け、十分に休養を取る事が大切です。

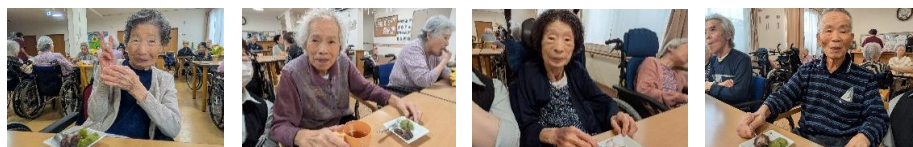
また、この季節は台風や大雨などの災害が発生しやすい時期でもあります。9月1日は「防災の日」でもありますので、防災用品や非常食の確認、避難経路の把握などを改めて行い、日頃から備えをしておくことで、もしもの時に安心して過ごすことができます。

9月には秋の味覚を堪能できる「ぶどう狩り」や、長年の歩みを労う「敬老会」、そして季節の移ろいを感じられる「秋の味覚」「お月見」などを行う予定です。旬の食材を味わいながら、季節ならではの行事を通して心も体も潤して頂きたいと思います。

皆様も体調に気を配りながら、健やかに過ごしてください。



お盆入り 支度



今年もお盆の時期に祭壇を作り、御先祖様へ挨拶をしました。そしておやつには水饅頭ともち麦饅頭を召し上がって頂き、晴れやかな気持ちでお盆を迎えられました♪



Blog(ブログ)



Instagram(インスタグラム)

レクリエーションや
日々の様子はブログ、
インスタグラムにも
掲載中！

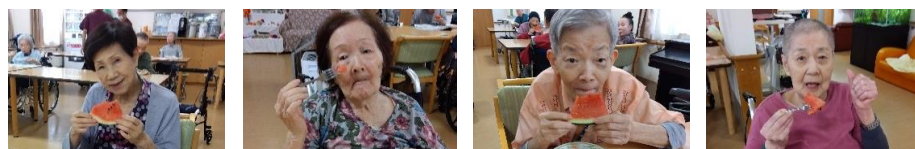


面会予約はWebでも受付中！
左のQRコードを読み込み、
是非ご活用ください♪
※面会は前日までの予約制です

納涼祭



スイカ割り



かき氷



納涼祭、スイカ割り、かき氷と夏の風物詩を大いに楽しんで頂きました！納涼祭では皆様の笑顔と笑い声が絶えず、にぎやかな空気に包まれました♪スイカ割りは掛け声に合わせて挑戦し、見事に割れたスイカを皆様に味わう事ができました！かき氷の冷たい甘さに「おいしい〜！」「何だか懐かしいね♪」と会話が弾み、夏らしい一日を過ごせました！どの行事でも皆様の楽しそうな表情が印象的で、素敵な夏の思い出になりました♡

9月の予定

ぶどう狩り 秋の味覚

敬老会 お月見

