

あさみぞハウス便り

ひまわり



第 125 号 令和 7 年 12 月 1 日

社会福祉法人 喜楽会

小規模多機能型居宅介護 あさみぞハウス
相模原市南区当麻 893-8 ☎042-711-9435

新磯のざる菊鑑賞ドライブに行ってきました



17 年もの間私たちの目を楽しませ
てくれた勝坂のざる菊。

今まで
ありがとうございました！





2009年より地域活性化の為に始まった地元有志らによる「新磯ざる菊」。メンバーの高齢化や近年の猛暑により17年目を迎える本年を最後に見納めとなります。毎年色取り取りの菊の花で作られてきた花文字。
今年は完了の【完】です。

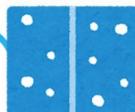


寒さ対策というとマフラー・コート・暖房などを思い浮かべると思いますが、内面からのアプローチ
重要です。体を温めてくれる食材として…

- 生姜（ショウガオールという成分が加熱することで増加し身体が温かさを感じるようになります）
- ネギ、タマネギ、にんにく（アリシンは血流を改善し、冷えの予防・改善効果が期待できます）
- サバ、サンマ等（冬の魚介類はビタミンEを多く含む食材が多く冷え性の予防・改善が期待できます）
かと言って食べ過ぎは胃に大きな負担がかかるので**腹八分目**を心がけ、暴飲暴食を避けましょう

11月の事故・苦情・相談件数

| | |
|--------|----|
| ヒヤリハット | 2件 |
| 事 故 | 1件 |
| 苦 情 | 0件 |



12月の予定

| | |
|--------|--------|
| クリスマス会 | 16日(火) |
| 誕生日会 | 対象者なし |

あさみぞハウスではご利用者様を募集しております。見学をご希望の方は
ご連絡下さい。

また、介護相談も承っておりますのでお気軽にお電話ください。

☎042-711-9435 担当：山崎

「ひまわり」は喜楽会のホームページでも
ご覧になることが出来ます。

あさみぞハウス

検索

あさみぞハウスでご利用者が過ごしている様子を
ご家族の皆様にもっとご覧いただきた
Instagramにあさみぞハウスでの日常生活を
投稿しています。ぜひご覧ください。
asamizo_house 検索してください