

# じゅんさい池新聞 令和元年9月号



医療法人愛広会 デイサービスセンターじゅんさい池  
〒950-0022 新潟市東区幸栄1丁目15番15号  
TEL:025-279-3888  
FAX:025-270-3280  
E-mail:day-junsaiike@aiko.or.jp

# 9月イベント★ぶどう狩りツアー



暑い暑いと言っていた夏も終わりすっかり秋めいて来ました。今月は皆さん楽しみにしていたぶどう狩りにも行って来ました。今は輸入物のぶどうが1年中ありますがやっぱり旬のぶどうが1番ですね。みなさんはぶどうの効能は知っていますか？ぶどうにはビタミンやポリフェノールがたくさん含まれています。その中でポリフェノールの一種である「レスベラトロール」には長寿遺伝子を活性化させて寿命を伸ばす効果があるそうです。また果実に含まれる「ペンタペプチド」という物質には物忘れや頭がぼーっとするなどの脳機能の低下を防止してくれる働きがあるとされています。秋は美味しい食べ物がいっぱいです。効能を知らながら食べるのもよいですね。



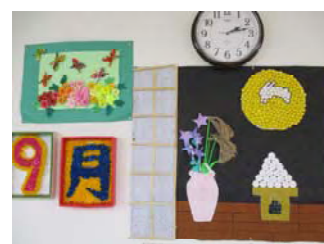
# 9月イベント★敬老会



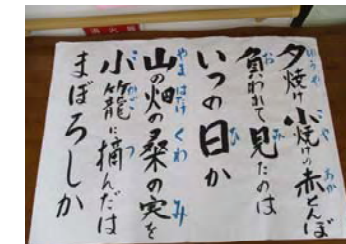
敬老の日の週に敬老会を行いました。  
皆さんにカードとお元気でとプレゼントを渡して楽しんで頂きました。



9月行事はぶどう狩りツアーで白根グレイプガーデンに行ってきました。  
いつもよりちょっと遠出でしたがみなさんぶどうとドライブと堪能して頂けたようです★



9月のカレンダーは中秋の名月です。  
歌は赤とんぼを歌いました！すっかり秋ですね  
今月の歌・カレンダー



★ 現在の空き情報です。  
月曜日 定期空き有 にぎやかな雰囲気、カラオケ好きの方が多いです。  
火曜日 定期空き有 女性が多く、塗り絵、裁縫、お話が好きの方が多いです。  
水曜日 定期空き有 現在人数が少なく、ゆったり過ごしていただけます。  
木曜日 定期空き有 男性が多く、比較的静かにお過ごしいただけます。  
金曜日 定期空き有 女性が多く、にぎやかな雰囲気です。  
土曜日 定期空き有 現在人数が少なく、ゆったり過ごしていただけます。

