

# 2023年 10月号

## ゆしまの郷テイ便り

### 03-3836-3526



10月になり、少しずつ朝晩の涼しさが増してさわやかな気候の秋本番がやってきましたね。「スポーツの秋」「食欲の秋」「芸術の秋」などこれから季節は日ごとに過ごしやすいになります。「天高夏長く馬肥ゆる秋」という言葉にもあるように、秋の青空から空が澄んで清々しく、吹く風にも秋らしさを感じられる日も多くなってきました。秋の夜長に、耳をすますと虫の音も聞えはじめています。「収穫の秋」各地から美味しいものが届く季節です。美味しいものを食べて、健康に過ごしていきましょう。

### 10月の行事

炊込み御飯・ハロウィン料理  
お楽しみの湯です

9月17日(日)～19日(火)まで

「おこわ」行事を行いました。  
「お赤飯」を炊いて、秋の行楽シーズン、運動会、地域のお祭りや家族のお祝いなどで食べていた「お赤飯」。皆さん思い出深い様子でした。  
「美味しかった」「おかわりください」といつも以上に食欲が出ていました。



9月6日(水)～8日(金)「お芋のおやつ」改め「モンブラン」を皆さんと味わいました。秋の味覚の一つ「栗」が「モンブラン」に。「甘さもちょうど良かった」「美味しかった」「久しぶりにプリン食べたわ」と3日間好評でした。

