

令和6年9月

ゆとい～な通信

【発行】
とやま生活協同組合
とやま生協ゆとり～な
〒930-0921
富山市中間島2-27-6
☎076-492-4114

【8月の活動】

★ !! 夏まつり開催しました !!



お祭り御膳

ボランティアさんの訪問♪

皆さんでお誕生日のお祝いを
させていただきました!!



9月のレクリエーション

- ・敬老の日の飾り作り
 - ・10月のカレンダー作り
 - ・りんごの壁面作り
 - ・誕生祭ちぎり絵づくり
- などを予定しております!! お楽しみに!!

栄養こぼなし

餃子ピザを作ろう!

今回のピックアップ食材は…
よつ葉
シュレットチーズ

作り方

- ①餃子の皮にケチャップをのぼす♪
- ②好きな野菜とチーズをトッピング
- ③温めたトースターに並べ、チーズが溶けるまで焼いたら出来上がり♪

チーズの栄養

たんぱく質 身体を作る	カルシウム 丈夫な骨を作る	ビタミン 身体の調子を整える
----------------	------------------	-------------------

食事作りは生活リハビリ!

- ①食材選びにお買い物 **コミュニケーション**
↓ **運動**
- ②食材を切る、混ぜる、のける **指先や手を動かす**
↓
- ③出来立て料理の匂いを嗅ぐ **食欲がそそられる**



生協10の基本ケア



今年の夏も暑い日が続き、ゆとい～なでも連日エアコンのお世話になっていました。じっとしていると冷えるので、レクリエーションでは体操や体を動かすゲームをして楽しみました。ついつい夢中になり白熱! 体温も上がりました。

ボランティア募集

踊りや、マジックショー、演奏、寸劇を募集しています。
お気軽にお問い合わせください。

※利用者様のプライバシーに配慮し、写真を一部加工しています。

※写真撮影時のみ、マスクを外していただいています。