



# ほっぷ通信



令和6年10月  
NO. 7  
管理者 田口 こずえ

風が冷たくなるとともに空が高くなり、木々の色付きが秋らしい季節になりました。過ごしやすくなり、のびのびと活動できる環境を整えてあげたいと考えています。楽しみの多い秋のイベントは身体を動かしたり、自然に触れたりしながら楽しみたいと思います。昼夜の気温差が大きくなり、秋から冬にかけて流行するインフルエンザウイルスやコロナウイルスなどの感染症へのご協力をお願いする中ではありますが、引き続き健康管理・感染症対策に取り組んでいきたいと思っています。

## 10月の予定

- 10月 12日(土) チャーハン作り(※1合持参)
- 10月 19日(土) ミニ運動会
- 10月 26日(土) ハロウィンパーティー
- 11月 2日(土) セミナーレ秋祭り
- 11月 4日(月) 公園へ行こう
- 11月 9日(土) ミニ文化祭作品作り

●佐々木作業療法士 相談、来所日

10月17日(木)、10月31日(木)、11月7日(木)

リハビリや機能訓練等についてお気軽にご相談下さい。

●嘱託医師訪問 10月24日(木)

仲良しベストショット



## 子供も大好き鮭フレーク



鮭フレークは栄養価が高く、様々な健康効果を持つ素晴らしい食材！

### 栄養価

- ・タンパク質→成長期の子供には欠かせないタンパク質を簡単に補給できる！
- ・オメガ-3 脂肪酸→DHA や EPA といった脳の発達や心臓の健康に重要！  
子供の知能発達に寄与するとされています！
- ・ビタミンD→カルシウムの吸収を助け、骨の健康を保つために必要！
- ・ビタミンB群→エネルギー代謝をサポートし、疲労回復に役立つ！

### 健康効果

- ★脳の発達をサポート
- ★心臓の健康を保つ
- ★骨の健康をサポート
- ★免疫力を高める



手軽で簡単うれしい♪



## おねがい

●お子様の体調変化にいち早く気づくため、感染拡大を防ぐためにもご家族がコロナウイルスやインフルエンザ等の感染症に罹患した場合にはご連絡下さいますようお願いいたします。





# 活動の様子

クワガタ触れました！

笑い声いっぱいのゲーム大会

手づくりBRT

お掃除お手伝い中♪

大漁です！

## ショートステイの様子



## 9月の壁画



先日撮影がありました様子は、  
10月3日にNスタみやぎで放送され  
ました。ご協力ありがとうございました。

特定非営利活動法人セミナーレ  
住所：気仙沼市本吉町登米沢 24 番地 1  
TEL:0226-25-7710 FAX：0226-25-7764  
Mail：[seminare@iaa.itkeeper.ne.jp](mailto:seminare@iaa.itkeeper.ne.jp)  
HP：[seminare-kesenuma.or.jp](http://seminare-kesenuma.or.jp)