

自分で焼いて食べれば、より**美味**い！知らんけど…**ベビーカステラ**パーティ



3年ぶりに開催敢行！の神戸マラソン。応募しても落選続きだった私めが初めて当選したと喜んでいたら、今年は何のシティマラソンも応募が少ないのだとか。この3年弱の間にコロナ渦で練習不足、大会中止でもエントリー料が返金されないといったことがあったためです。さて、マラソン前に食べると効果的といわれるのがカステラ。糖質・タンパク質が豊富なカーボローディング食で必須アミノ酸も摂れ、疲労物質を貯めない脂質も入って消化しやすいと、いいことずくめ。

10月17～18日デイサービスではたこ焼き器を使ってベビーカステラを焼きました。自分で焼いて食べれば、一味ちがう！でしょ？知らんけど…



ドラやき、**パン**ケーキ、そして **Joie** (ジョア)。ヤクルトと**夢**のコラボ実現



圧倒的な強さで連続セ界一を達成したヤクルトとコラボ企画が実現。“joie” (ジョア) は、フランス語で「喜び」。この健康飲料を飲みながら、ドラ焼きかパンケーキのどちらかをチョイスしていただく、豪華なおやつタイムは10月後半。乳酸菌もたっぷり吸収して、大満足！



値上げの秋に、**Re-Start**！リモート**面**会に、**理美容**。おお持続可能!?



早くも、5回目のワクチン接種券が届きました。一方、うおずみではせんどぶり(3ヶ月ぶり)のリモート面会を、10月26日(水)より再開しました。中止→リモート→制限付き面会→さあ、次は！という流れを、今回ばかりは振り出しへ戻させ

ない！そんな想いで理美容も3ヶ月ぶりの再開。お洒落なご婦人の方々が待ちに待った瞬間です。どうぞ、左の写真をご覧ください。皆様、女優のような美しい仕上がりです。世間では値上げだのミサイルだのと良くないニュースを耳にしますが、前進を持続可能にさすえてい～な、ブルッ



厨房だより うおずみのハロウィンは、**アダルトな味力** (みりょく) で楽しみます



ハロウィンの夜「トリック・オア・トリート」(悪戯かお菓子か)に繰り出したティーンエイジャーが…

悪ふざけにも程度をわきまえる必要があるように、うおずみ厨房が繰り出す美味しさにもボーダーがない、そんなものありません。

10月末は南瓜をふんだんに使った洋食で、ハロウィン・ランチ。デザートプリンも、甘さをおさえた大人の味。うふ



うまい!



メニュー
カミングスーン

- ・11/23(水) 《散らし寿司デー》
- ・11/25(金)
《ご当地フェア・愛媛県》
今治風・焼き豚玉子飯
- ・12/10(土)
《ご当地フェア・奈良県》
かしわのすき焼き風



スタッフ
数珠つなぎ
Vol.163

6丁目介護職員 井本 和子



- 【生年月日】 1984年12月20日
- 【出身地】 高砂市
- 【血液型】 A
- 【座右の銘】 七転八起



【ひと言】
まだまだ余裕が持てませんが、笑顔で一生懸命頑張ります。よろしくお祈りします。



うおずみ春夏秋冬インフォメーション



完成!
右冬支度の書を

▲5 回目のコロナワクチン接種券が届いたら、ご希望の方は添付の予診票へご記入の上事務所へご持参下さい。接種日は只今調整中です。

深まる秋に一句ひねるうおずみ

《訪問理美容》

- 11/16(水) AM:2F, PM:デイ 17(木) AM:1F 28(月) 3F の方
- 《デイサービス・あん巻き》 11/10(木)・11(金)
- 《インフルエンザ予防接種》 11/4(金)、10(木)



Happy Birthday!

忘年会しよう!

祝

Happy Birthday!



小春日和の午後。道行く人の長〜い影を見て、幼い日に影踏みをして遊んだ情景が目には浮かびました。鈍い私でも捉えるに容易な黒衣。踏んでも踏んでもトカゲのように逃げる友達を、夢中で追ったあの頃。

そんな遊びをしたか聞いてみたい、こちらも3年ぶりとなったトライやるウィークの中学生たち。将来は「(魚住東中の先輩も頑張っている)うおずみで働きたい」と頼もしい目標を聞かせてもらいました。リップサービスだとしたら、かなりオ・ト・ナですね。さて、今日も日が暮れて来ました。影がなくなる前に良い子は家へ帰りましょうね。



編集後記