



朝夕と昼間の寒暖差が激しい今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。デイサービス陽光はいつも皆様、お一人、お一人に寄り添ったきめ細やかなサービスを提供できる様、つとめてまいります。

さて11月は霜月（しもつき）と呼ばれていますが、そもそもなぜそう呼ばれるのか皆様はご存じでしょうか。霜月とは陰暦（旧暦）の11月を意味し、陽暦（新暦）11月の和風名月としても知られております。まだ霜が降りるには早い季節だと思われるといわれていました。由来を調べますといくつかの説があり、もっとも有力だとされているのは『霜降り月、霜降月（しもふりつき）が省略されて、霜月（しもつき）』に転じたというものです。ほかに、満ちた数字である十を上月とし、それに対して下月（しもつき）になったという説やその年の収穫を感謝する意味を持つ『食物月（をしものつき）』が省略されたという説もあります。

先人たちの経験からくる言語が現代に受け継がれている素晴らしさが日本の良さの一つだと思います。皆様も季節を感じて元気に過ごされるように願っております。

今年も早いものであと2ヶ月、お体にお気をつけくださり、陽光にもお出かけ下さいませ。スタッフ一同、皆様のご来所を心よりお待ちしております。



**柴又、神田明神、  
 築地波除神社に  
 外出レク**

天気も良く皆さんでお参りをして、お散歩してきました。

**【ハロウィン】壁紙制作**

皆さんでいろいろ切り抜いて貼り付けて作りました。ハロウィンの飾りの前で仮装して写真撮影しました。



出来たて  
 ほかほか!

**お昼ごはん♪**

かぼちゃのやさしい  
 甘みを感じるほうとう♪



調理担当  
 小館さん

- エネルギー 338kcal
- たんぱく質 17.4g
- 脂質 6.5g
- 炭水化物 53.4g
- 塩分 3.5g

山梨名物!  
 ほうとう風