

H I K A R I

2024 秋号
Vol.2

光乃里では3年ぶりに運動会を開催しました。両軍勝利をつかみ取るため！日頃のストレス発散のため！入居者さんだけではなく、職員、施設長までもが真剣勝負で戦いました。



職場体験 ナイストライ!

中学生を対象とした職場体験学習「ナイストライ」。今年も9/3からの3日間、地元の中学生4名を受け入れました。学校では学べないことを少しでも体験してもらえればと思います。



シーツ交換体験



機械浴体験

生徒からの体験報告も届きました!

ナイストライ新聞

光乃里の紹介
光乃里は、障がいの方から高齢者の方まで、さまざまな方々が安心して暮らしている施設です。日々の生活の中で、互いに助け合いながら生活しています。

光乃里の紹介
光乃里は、障がいの方から高齢者の方まで、さまざまな方々が安心して暮らしている施設です。日々の生活の中で、互いに助け合いながら生活しています。

3日目		2日目		1日目	
09:00	朝礼	09:00	朝礼	09:00	朝礼
10:00	施設案内 説明	10:00	施設案内 説明	10:00	施設案内 説明
11:00	看護士の仕事	11:00	シーツ替え	11:00	リハビリ見学 施設体験
12:00	休憩	12:00	休憩	12:00	休憩
13:00	トイレ訓練	13:00	花城で花作り	13:00	カンター作り
14:00	トイレ訓練	14:00	花城で花作り	14:00	カンター作り
15:00	朝礼	15:00	朝礼	15:00	朝礼

光乃里のみなさん
最初は不安ばかりでしたが、職員の方々の皆さんのご指導のおかげで3日間を過ごすことができました。ありがとうございました。

この職場体験学習では、お年寄りの方々と関わる事と仕事の大変さや社会に出る上で大切なことを学ぶことができました。将来、就職に就くときは、今回の経験を活かしたいと思います。3日間ありがとうございました!!

この職場体験を経て、光乃里に就職して働きたいです。3日間の経験を振り返ると、仕事の大変さや社会に出る上で大切なことを学ぶことができました。将来、就職に就くときは、今回の経験を活かしたいと思います。3日間ありがとうございました!!

今日のお昼ご飯

本日の献立

散らし寿司
唐揚げとエビフライ
添え:レタス・トマト
粉ふき芋
わさび和え
手作りりんごゼリー



栄養量

- ・エネルギー:625kcal
- ・たんぱく質:23.1g
- ・脂質:20.1g
- ・炭水化物:93.5g
- ・食塩相当量:2.9g

1月:元旦

雑煮
おせち料理

2月:節分

恵方巻き

2月:バレンタイン
ケーキ

3月:ひなまつり

ひなあられ

4月:お花見

たけのご飯
桜餅

5月:こどもの日

ピースご飯
茶碗蒸し・柏餅

7月:七夕

そうめん
すいか

12月:クリスマス

ミートローフ
ケーキ

毎月第3水曜日は誕生会メニューです!

季節に合わせたメニューで、食事を楽しんでいただけるよう努めています。



広報部オススメのお店



今回オススメするお店は、ひかりテラス病院のすぐ裏にある「ひなたまこっこ」さん。

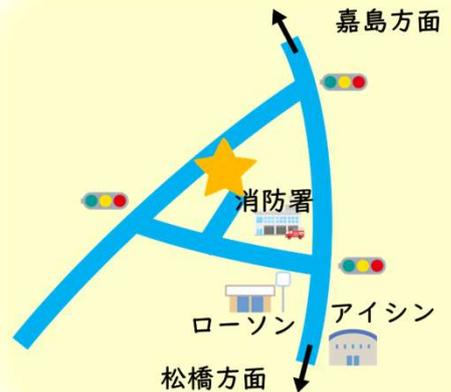
卵の販売だけではなく、スイーツやお弁当等、卵を使った食べ物がたくさんあります。おすすめはロールケーキとプリン。ぜひぜひご賞味あれ!

ひなたま特製 ロールケーキ

うみたてほやほやの
新鮮たまごを
たっぷり使用!!

当店人気
No.1

しっとり
ふわ
ふわっ!



脳を鍛えるある・なしクイズ

ある	なし
カバン	ネクタイ
あじさい	バラ
ひょうたん	かぼちゃ
悪魔	天使
トラック	ダンプカー

「ある」には言葉
が隠れてる。。



入院・入所に関するお問い合わせ

ひかりテラス病院
TEL:0964-28-6000
光乃里
TEL:0964-28-8000
グループホームみんなの光
TEL:0964-28-7800

井上会HP

