

# ふれあいだより 9月号



二十四節気の一つである処暑を迎えましたが、これは一年を太陽の位置によって季節を二十四等分した十四番目の季節の名前です。

「処」とは「とどまる」という意味で、暑さがとどまる」という意味を表しています。暦の上では処暑の一つ前の立秋から残暑が始まるとされています。

しかし、現在使われている暦とは少しズレがあるため、実際は処暑から残暑が始まると言えます。

暑さがおさまってくるとは言え、熱中症対策を心がけて、水分補給やバランスの摂れた食生活で、暑さに負けない体力の維持に努めて下さい。

季節の示し方には二十四節気以外にも、七十二候など様々な表し方が存在します。カレンダーには、なかなか書かれていないような季節の変わり目を、二十四節気や七十二候を参考に感じてみてはいかがでしょうか。

今月もご利用お待ちしております。

# 今月のレクリエーション



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				カラオケ	青赤ゲーム	宝くじゲーム
4	5	6	7	8	9	10
	タオルでポン	輪ゴム渡し	カラオケ	伝言ゲーム	輪ゴム渡し	パットゴルフ
11	12	13	14	15	16	17
	カラオケ	本格的 ビーチバレー	一致団結			九州名物 巡り
18	19	20	21	22	23	24
	苗字・名前 合わせ	タオルでポン	すくってイン	新聞紙 ホッケー	カラオケ	発掘ゲーム
25	26	27	28	29	30	
	洗濯物干し カレンダー	カラオケ カレンダー	ミニ縄跳び カレンダー	メートルゲーム カレンダー	人カクレーン カレンダー	

## Happy Birthday

その月のお誕生日の方を、ご紹介しています。

秋の収穫が楽しみですね🍎



新ゲーム ラーメンリレー🍜

