

2025年 冬 Vol.5



社会福祉法人

はーと&はーと

つうしん



新年あけまして
おめでとう
ございます



年末年始みなさま、お健やかに過ごしてましたか？
昨年も支援員、スタッフ一同 誠心誠意努力をしてきたつもりではありますが、まだまだたくさんの福祉事業を担うものとしての課題は山積みであることを痛感しております。
今春には新しい仲間も加わる予定もあります。今年の3月までにはすべての部門での土台基盤を強固なモノにするべく、全ての職員が一丸となって、より良い施設運営に務めていく所存です。もっとみなさまに安心していただけ、ここにきてよかったと思える施設運営を目指してまいります。
本年もどうぞよろしく願いいたします。

理事長 大島 律子

今後予定の主なスケジュール

1/15(水)郊外活動

(福岡県青少年科学館)

1/18(土)ビンゴ大会

1/31(金)誕生会

2/3(月)節分

2/28(金)誕生会

3/3(月)ひなまつり

3/28(金)誕生会



2024年12月13日 Xmas会

(天拝太鼓の方に来て頂きました)

← 仕事納めの一コマ



2024年12月9日
筑前町やすの里公園
巨大わらかがし
『ゴジラ-1.0』



【厨房より】

明けましておめでとうございます。
クリスマス・忘年会・年末・年始のご馳走と、
美味しいものを食べる機会が続いています。
ご馳走が続くと、免疫力が落ちて風邪をひき
やすくなるようです。それは、『ご馳走』と
呼ばれるメニューには野菜量が少なくなる傾向が
あるからです。



私たちの腸内には、約1000種類およそ100兆個もの
腸内細菌が暮らしています。腸内細菌は、私たちの免疫力の向上に欠かせませ
ん。腸内細菌の食事は食物繊維で、海藻・きのこ・野菜に多く含まれています。
野菜摂取量が少なくなると腸内細菌の力が落ち免疫力も低下して風邪をひきや
すくなります。



はーと&はーとのランチは、『オーガニックパパ』
から配達される、安心な野菜がたっぷりの
メニューです。今年も野菜たっぷりのランチで
利用して頂く皆さんの腸内細菌活性化を目指し
ていきたいと思ひます。

今年も元気に過ごしてまいりましょう！

管理栄養士 坂口 淳子