

シルバータウン加治木だより

発行日 令和 8 年 9 月 1 日

第 454 号

職員日記

夏の疲れと季節の変わり目が重なる 9 月はだるさや食欲不振、睡眠の質の低下など、いわゆる「秋バテ」が急増します。秋バテは夏の連日の猛暑のダメージと朝晩の寒暖差による自律神経の乱れが主な原因といわれています。

高齢になるにつれ暑さや寒さを感じにくく、体温調整をする機能が衰えます。当施設では室温の微調整、意識的な水分補給を行って健康管理を行っています。



敬老の日

敬老の日は、長年にわたり社会や家族を支えてこられた皆さまに感謝と敬意を表す日です。

これまで歩んでこられた人生にはたくさんの思い出や経験があることと思います。当施設には 100 歳以上の方が 8 名。そのうち今年 5 名の方が 100 歳を迎えられます。

これからも温かい笑顔溢れる毎日を過ごして頂けるよう、職員一同心を込めてお手伝いしてまいります。

敬老の日おめでとうございます。

おめでとう
ございます



面会について

面会実施中です。変更や中止などにつきましては、ホームページの「お知らせ」にて掲示いたします。ご確認ください。（変更等は随時更新いたします。）

<http://kajiki-shokikai.jp/silver-t-k/>



9 月のカレンダー

1 火	お弁当の日	1 6 水	全館清掃（3 階）
2 水		1 7 木	全館清掃（2 階）
3 木		1 8 金	
4 金		1 9 土	
5 土		2 0 日	
6 日		2 1 月	
7 月		2 2 火	
8 火	移動床屋（3 階）	2 3 水	フラワーアレンジメント教室
9 水	お茶会・歯科指導	2 4 木	おやつレク（3 階） 全館清掃（1 階）
1 0 木	音楽療法（2 階）	2 5 金	
1 1 金	移動床屋（2 階）	2 6 土	
1 2 土		2 7 日	
1 3 日		2 8 月	
1 4 月		2 9 火	
1 5 火		3 0 水	誕生会・敬老会

行事等は予告なく変更になることもあります

ご来所時の駐車について

加治木望岳園の横は午後から建物の影になりますが、ここは市道であり一般の車も通行します。

カーブしていることから普段から危険な場所です。
ごく短時間であっても、加治木望岳園横への駐車はご遠慮ください。



全館清掃作業のお知らせ

下記の予定で、業者による全館清掃が行われます。面会において居室等に入れないことがあります。

また、ロビーや各フロアーにおいて足下に十分お気を付けください。

9/16（3 階）・9/17（2 階）・9/24（1 階）



ご来所の際のお願い

○ご来所の際は必ずマスク着用をお願いします。

○洗濯物等の受け渡しについて。

下記の時間帯は食事介助ならびに口腔ケア、排泄介助のため、スタッフが介助業務をしている時間であることから、可能な限り下記時間帯を避けてご来所頂きますようお願いいたします。

【お昼の諸介助の時間帯 11：45～13：45】

○現金等の取り扱い対応時間について。

金庫管理の都合上、お支払いや預り金の入金等は 16時30分までにお願いいたします。

栄養士のつぶやき

～季節の変わり目を祝う行事と食文化～

9月は夏から秋へ移り変わりの時期であり、季節の変化を意識した行事が多くあります。五節句のひとつである「重陽の節句」は、陰陽思想に基づき、9（陽の数）が重なる9月9日にお祝いする行事です。五節句のなかでも特に重要視され、古来より長寿や健康を願う行事として親しまれています。この日に菊の花を飾ったり、菊の花びらを浮かべた酒「菊酒」を飲む風習があるのは、菊が不老長寿を象徴する花とされているからです。「菊酒」は、抗酸化作用のある成分が含まれており、美容や健康に良いとされています。昔ながらの行事食を現代のライフスタイルに取り入れるのは、意外と簡単です。例えば、菊酒の代わりに菊のハーブティーを飲むなど伝統的な料理をアレンジして食べやすくしたり、洋風のエッセンスを加えてみるのもオススメです。このように、伝統を大切にしながらも、現代の食文化に合った形で楽しむことで、9月の行事食をもっと身近なものにすることが出来ます。



レクリエーションの様子

8月の誕生会・音楽療法の様子です。
音楽療法は大きな声で「夏」にまつわる懐かしい歌を歌われていました。
レクリエーションは風船バレーで盛り上がりました。

