

シルバータウン加治木だより

発行日 令和 8 年 10 月 1 日

第 455 号

運動会を行います！

運動会の季節になりました！

当施設では28日と29日に「秋の大運動会」を計画しています。（通所は27日）

玉入れや大玉転がし、職員対抗競技などご利用者様と職員と一緒に楽しめる競技を予定しています。笑顔あふれ、歓声いっぱいの楽しい時間になるように準備したいと思います！



職員日記

爽やかな秋晴れの日々が続くこの頃、皆さまお健やかに過ごしのことと存じます。

秋といえば「食欲」の秋！この季節になるとなぜか不思議と食欲がでてつい食べ過ぎてしまいます。食後30分以内に軽めのウォーキングや運動をすることで血糖値の急上昇を抑えることができるといわれています。涼しくなり運動もしやすい季節となりました。皆さまも食後に軽く運動をしてみませんか？



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/>



10月のカレンダー

1 木	お弁当の日	1 6 金	
2 金		1 7 土	
3 土		1 8 日	
4 日		1 9 月	
5 月		2 0 火	
6 火	移動床屋（3階）	2 1 水	おやつレク（通所）
7 水		2 2 木	
8 木	音楽療法（3階）	2 3 金	
9 金	移動床屋（2階）	2 4 土	
1 0 土		2 5 日	
1 1 日		2 6 月	
1 2 月		2 7 火	運動会（通所）
1 3 火		2 8 水	運動会・誕生会（2階）
1 4 水	歯科指導	2 9 木	運動会・誕生会（3階）
1 5 木		3 0 金	
行事等は予告なく変更になることもあります		3 1 土	

ご挨拶

8月1日付けで計画担当介護支援専門員として入職しました「フクシマ」と申します。

毎日たくさんのご利用者様にお会いできることを楽しみにしています。

ご利用者様、ご家族様のご意向に少しでも添えるようにがんばります。よろしくお願いいたします。



感染症予防について

インフルエンザやコロナウイルスなどの感染症の流行期に入りました。

ひとたびウイルスが施設内に入ると爆発的に集団感染を引き起こします。

体力の弱いご利用者様は生命の危険に及ぶこともあることから、少しでも体調が普段と違うときは来所や面会をお控えくださいますようお願いいたします。

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

「収穫を祝う」9月から「実りに感謝する」10月へ

9月の行事食は、重陽の節句の菊酒や十五夜の里芋のように、これから迎える収穫を先取りして祝う行事がありました。

対して10月は、稲刈りが終わり栗や豆が実際に手元に届いたあとの行事が並びます。

そのため10月の行事食には、その年の新しい実りをまず供え、そのあと人が食べるという順序が繰り返してきます。神嘗祭（かんなめさい）の新米も、十三夜の栗も、えびす講の鯛も、この流れの中にあります。

10月の行事食は、その年に実った栗・豆・新米を供えて分け合う行事が中心です。すべてをそろえる必要はありません。売り場に並び旬のものをひとつ選んで、いつもより少し丁寧に調理する。それだけで10月の食卓は行事食になります



レクリエーションの様子

9月の敬老会・誕生会と音楽療法の様子です。

音楽療法は大きな声で「秋」にまつわる懐かしい歌を歌われていました。

敬老会では今年100歳を迎えられ、始良市長の表敬を受けられた方の紹介もあり、皆さまから盛大な拍手でお祝いしていただきました！

