シルバータウン加治木だより

発行日 令和 8 年 11 月 1 日
第 456 号

職員日記

朝晩の冷え込みに秋の深まりを感じます。
先日は子どもたちの運動会でした。小学２年生の息子はかけっこでスタート時は後ろの方からでしたが、最後まで一生懸命走りゴール直前で追い抜いて１位でゴールしました。１位という結果は嬉しいですが、何よりも最後まで諦めず粘り強く走る姿に息子の成長を感じたことでした。
１歳の娘にとっては初めての運動会でしたが、慣れない雰囲気のなか、泣くこともなく楽しんでいる姿を見ることができました。
子どもたちの頑張る姿をみて、私自身も何かに挑戦して真剣に取り組む後姿を見せていけたらと思いました。子どもたちの成長とともに私も日々頑張りたいと感じた秋の一日でした。（Ｙ・Ｔ）



立　冬



立冬は日本の季節の目安となる二十四節気の一つで、「冬のはじまり」を意味し、暦の上ではこの日から翌春の立春までが【冬】とされています。
立冬の期間は七五三や炬燵開きなどの習わしがあります。（諸説あり）
朝晩の冷え込みが強まり、本格的な冬の訪れを告げる季節です。
寒暖差により体調を崩しやすくなりますので皆さまもどうかご自愛ください。
施設では空調により温度管理を行いますが、入所者様のご家族様におかれましては、冬服の準備と羽織ものののご用意をお願いいたします。



停電のお知らせ

電気設備の定期点検のために、下記の予定で全館停電となります。
停電時間は電気設備の全てが使用できません。
電話も繋がりませんので悪しからずご了承ください。
なお、入所者様の急な連絡につきましては、施設の携帯電話からご連絡差し上げることがあります。

停電日　　11月15日（日）
停電時間　14：00～17：00（長めにみています）

感染予防

入所者様と職員は10月27日と30日にインフルエンザ予防接種をしました。
冬の訪れとともに、インフルエンザやノロウイルス感染症の流行期になります。今年は晩夏から異例のインフルエンザの流行が始まりました。
いまでもコロナウイルスの感染もあります。
ご来所の際は必ずマスク着用をお願いします。また、普段と比べて少しでも体調に異変があるときの来所はご遠慮くださいますようお願いいたします。



シルバータウン加治木ホームページ

面会のことや、行事等の報告はホームページにも載せています。ぜひ、ホームページもご覧になって下さい。
シルバータウン加治木ホームページ
http://kajiki-shokikai.jp/silver-t-k/

ご家族様へ

施設や職員に対し、ご利用者様やご家族様からのご意見・ご要望をお待ちしております。
どんな些細な事でも構いませんのでお聞かせ下さい。

11月のカレンダー

１ 日	お弁当の日	１６ 月	
２ 月		１７ 火	
３ 火		１８ 水	
４ 水	音楽療法（２階）	１９ 木	誕生会
５ 木		２０ 金	
６ 金		２１ 土	
７ 土		２２ 日	
８ 日		２３ 月	
９ 月		２４ 火	
１０ 火	移動床屋（２階）	２５ 水	フラワーアレンジメント
１１ 水	歯科指導	２６ 木	おやつレク（２階）
１２ 木		２７ 金	
１３ 金	床屋（３階）	２８ 土	
１４ 土	晶貴会秋祭り	２９ 日	
１５ 日	全館停電（14：00～）	３０ 月	

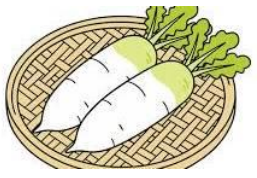




栄養士のつぶやき

～暦の上での冬の訪れ～
「立冬」

暦のうえで「冬の始まり」とされる節目の日です。
「立＝はじまる」「冬＝寒さの季節」という意味です。日照時間が短くなり、朝晩の冷え込みが増す頃であり、農作業は収穫から冬支度へと移り変わり、保存食づくりも始まります。
立冬には、体を温める根菜や豆腐を使った料理が良く食べられます。昔から「冬に備えて栄養を蓄える」ことを意識した食習慣があり、旬の大根・かぶ・里芋などを煮含めた料理や、根菜の味噌汁、鍋料理が好まれます。鍋料理は、野菜・肉・魚介などを一度に摂取できる栄養バランスの良い食事であり、温かいスープが体を芯から温めてくれます。大根やにんじんには消化を助ける酵素が含まれ、ごぼうは食物繊維が豊富で腸内環境を整える働きがあります。煮物やみそ汁、鍋料理に取り入れることで、寒い時期に必要な栄養を効率よく摂取できます。





レクリエーションの様子

10月に開催された運動会の様子です。
選手宣誓に始まり、ラジオ体操で雰囲気を盛り上げたあと、紅白に分かれて楽しいゲームがおこなわれました。







