



# うらら

第  
222  
号

令和6年10月10日

秋晴れの爽やかな風が心地よい頃となりました。皆様におかれましては健やかに過ごしの  
ことと思います。

「秋」と言えば「スポーツの秋」です。猛暑で、クーラーの効いた室内で過ごしてきた夏もやっと  
終わり、屋外で動ける季節の始まりです。秋は気候が良くなり急に動きが活発になる為、アキ  
レス腱を損傷する人が増えるとテレビで言っていました。怪我をしない為にはストレッチが有効だ  
そうです。

学校行事の一つに、「体育祭」があります。暑さ対策のため、ここ数年では学外の屋内スポ  
ーツ施設で開く学校が増えています。福山市の高校でもエフピコアリーナを借りての体育祭を  
行う高校が何校もあり、熱中症を心配することなく、生徒はもちろん、観客者も安心して楽し  
むことが出来ます。競技前後の子供たちの様子が見えない、一緒に写真が撮れない等の寂し  
さも、一長一短ですね。

さて、「虫」は秋の季語であり、又♪あれ松虫が鳴いている～♪等秋の歌の歌詞にも鈴虫  
や松虫の歌詞が入っています。日本人は左脳（人間の話す声の理解など論理的、知的な  
処理を受け持つ脳）で虫の声を聴いているため、虫の声を愛でますが、世界のほとんどの人々  
は右脳（機械音、雑音を処理する脳）で聴くため、その感じ方が違うそうです。また、秋の虫  
は気温が下がると動きが鈍くなり、鳴き方もゆっくりになります。夏の気忙しく鳴くセミとは違っ  
て、なんとなくゆったりとした気持ちになりますね。♪秋の夜長を泣きとおす～♪と口ずさみ、小  
さい秋を見つけながら、短い秋を楽しみたいものです。

夏の疲れが出やすい頃ですが、日ごとに秋が深まってまいります。どうぞご自愛下さいませ。

看護主任 木村真奈美



ディア・レスト福山

〒720-1132

福山市駅家町倉光 148

TEL 084-977-0880

【ホームページ】

<http://www.dearrest.net.fukuyama>



# 敬老の日

9月18日(水)

敬老のお祝いとしてお祝い膳を食べていただきました。



1号棟では、白寿3名、卒寿2名、米寿3名、傘寿1名、喜寿2名、古希1名の方がおられます。これからも皆様に元気で楽しく過ごしていただけるよう職員一同、努めて参ります。



## 園芸部通信



暑さも和らぎ、畑に行ってみると「サツマイモ、いつの間にかこんなに大きくなったの？」とビックリされていました。もうすぐ収穫します！お楽しみ！！

芋ツルを食べたことがありますか??  
皮を剥いて甘辛く炊くと美味しいですよ！



## 個別リハビリテーション



一人ひとりの身体の状態にあわせて、コミュニケーションを取りながら行います。

## 今月の作業療法



厚紙で作ったわっかに花紙をかぶせて織り込み、ブドウの粒を作ります。



台紙に模様を描き、作ったブドウの粒を房になるよう並べていきました。



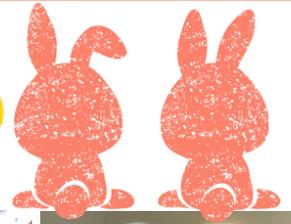
美味しそうなブドウの完成です。



# お月見会

9月17日(火)

入居者様と一緒に豆腐入りの団子を作り、おやつ時間に食べていただきました。かわいいウサギのお饅頭もあり「中秋の名月」にぴったりなおやつとなりました。



毎年、施設長が炊いてくださる里芋煮。入居者様も楽しみにされており、「今年も楽しみにしてたのよ。とても美味しいからいくらでも食べられる～」と大好評でした。



# 生け花

9月26日(木)

◆花材◆

- ・ススキ
- ・りんどう
- ・ヒペリカム
- ・ソリダコ
- ・ドラセナ



今月も上手に活けれました。

# 書道

9月15日(日)



白玉粉に絹豆腐を  
同量混ぜあわすと  
冷えてもモチモチ  
のまま食べれる  
のよ〜。



立派なススキに  
月ウサギ饅頭と  
お月見団子♡  
日本の行事は実習生達  
にも大人気です!!



じっくりコトコト炊いた里芋煮♡  
(18日)

きな粉と餡子がのった豪華な  
お月見団子〜。ひとつ食べるだ  
けでも、満足の大きさね。



施設長さんが炊いた里芋  
煮が、本当に美味しいの  
ちやうわ〜。



秋祭り子供おみこし組まるる  
ススキの徳風にあかれてど〜行くの  
窓をあけ 自由にモースマ〜ソル

入居様より俳句を募集し、  
お月見会の時にどの作品が好き  
か皆様と一緒に楽しみながら  
決めていきました。





# 敬老会



2号棟では百寿の方が2名、白寿1名、卒寿1名、米寿1名、喜寿が1名で皆様と一緒に祝いしました。これからも元気で美味しいものを食べ楽しい毎日と一緒に過ごしましょうね！



## 遊びりテーション

昔懐かしい？  
お手玉でバランスボール。  
皆さま、真剣な表情で行われました。



「蹴って、蹴って〜」  
「ボール、持つのは反則なんよ〜」と楽しく皆様とボール蹴りを行いました！

## 生け花

9月26日(木)

◆花材◆  
・ススキ ・リンドウ ・ヒペリカム ・ソリダコ ・ドラセナ



りんどうの花を見ると秋が来たなと思うわね。この藍色が大好きだわ。



# 10月・11月行事予定表

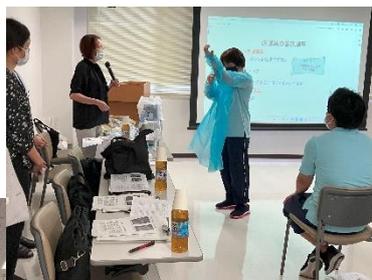
10月16日(水)	14:00~	ミニ秋祭り
10月20日(日)	時間未定	倉光地区秋祭り
10月22日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
10月22日(火)	14:00~	生け花教室
10月24日(木)	13:30~	散髪(1号棟)
10月30日(水)	14:00~	移動用品販売(いりどりストア)
10月31日(木)	11:40~	ハロウィンイベント・テイクアウト(1号棟)
11月1日(金)	9:00~	散髪(2号棟)
11月12日(火)	14:00~	移動売店(中山商店)
11月13日(水)	時間未定	消防訓練・機器点検
11月26日(火)	14:00~	移動売店(中山商店)
11月26日(火)	14:00~	生け花教室

※毎週木曜日、15時30分~移動売店「おまかせ君」  
 ※行事内容は変更になることもございますので、予めご了承ください。

## コロナ感染予防対策講習

9月20日(金)

福山市保健所の保健師の方3名、感染管理認定看護師の方に来ていただき、改めて感染対策の方法やゾーニングの方法を学び直しました。



## 日本語検定(N3)合格

祝  
合格おめでとう



(左) ニ ニョマン ブジ アングレニ  
 (中) ヴアルデズ ジャンレ マカリオ  
 (右) ムハammad ファリッド アフルッディン

引き続き、日本語の勉強を頑張ります!!

## 衣替え準備・加湿器持参のお願い

朝夕と涼しくなってきましたので、夏から秋・冬への衣替えの準備をお願いいたします。

持参される衣類等には必ずお名前(フルネーム)を記入しお持ちください。

また、空気が乾燥する時季となりましたので、加湿器もご持参されていない方はあわせてよろしくお願いたします。



## 【衣服販売についてのお知らせ】

10月30日(水)に、移動用品販売「いりどりストア」様が来られ、冬用の婦人服や紳士服、肌着、雑貨などを販売予定です。

購入希望の方は事前にご連絡ください。

## 編集後記

朝夕めっきりと涼しくなり、さわやかな風に秋の到来を感じる頃となりました。

9月17日は中秋の名月に合わせ、お月見団子を入居者様と作り、お団子と里芋煮を食べ、お月見会を行いました。お月見会といえば、魔よけや神様の依り代になるとされるススキを飾りますが、そのススキが温暖化により、年々開花の時期が遅くなっており、来年は飾れるか心配です。18日には長寿のお祝いと昼食に祝い膳の提供をさせて頂き「美味しい、これで長生きできるわ」と喜んで下さいました。「明るい笑いは長寿の源」という言葉があるように、季節を感じながら安心して笑顔で楽しい生活を送って頂けるよう、ケアに努めてまいります。

季節の代わり目です。体調をくずされませんよう、どうかご自愛ください。  
 介護主任 宮本千愛

※写真撮影のため一時的にマスクをはずしております。また、飲食の際は手洗い・アルコール消毒をしています。