

清湖の杜<sup>もり</sup>

からのおたより

今日は10月22日(月曜日)、ここ3日ほど素晴らしい日本晴れで日中もあったかい日が続いています。陽ざしをいっぱい浴びて寒い冬に備えています。

鶴ヶ丘、向陽台、向栗崎と心おどる秋祭りも終わり、もうすぐ11月(霜月)ですね。

10/1にはマッサージの方が来て、ご利用者の体も心も柔らかくほぐして下さいました。皆さん気持ちよさそうにトロンとしていました。

なるこ体操アラカルトでは明るい元気なS先生のリードで目もぱっちり…汗ばみながら鳴子を振り、豆しぼりの手ぬぐいで踊りました。

お楽しみタイムはS先生の「山中節」をしつとりと踊ってくださり、みんなうっと〜りでした。

お茶会ではお菓子をいただいた後、点てて下さったお抹茶を「涼しくなったらよけいに美味しく感じるわ〜」「俳句のひとつもひねるかねえ」と会話も秋バージョンでした。

カゼや感染症に気をつけて元気に冬を迎える準備をしましょう。



鶴西いきいきサロンに参加させていただきました。

内灘町健康推進委員の方のお話や音楽に合わせて体操したあと、コーヒー、お茶とケーキなどでティータイム……おいしいケーキに舌鼓をうち、おしゃべりに花を咲かせてとても楽しい雰囲気でした。

鶴西の皆様、参加させていただきありがとうございました。

10/13(土)「トトロもりあげ鯛タイ」の打ち合わせがあり、下記のことが決められました。

- ① 11/10(土) 今後のことや決め事などを話し合う総会を茶話会形式でおこなう。
- ② 年2回ほどイベント、研修会、親睦会を計画し開催していく。
- ③ 職員との交流も含め、職員の手に余ることをできることから応援していく。
- ④ 広く多くの方々に趣旨を伝え「トトロもりあげ鯛タイ」に参加を呼び掛ける。などです。

ぜひ皆さまのご参加、ご協力をお願いいたします。



10/17(水)「みんなの杜」と「通所介護トトロの家」の運営推進会議が行われました。

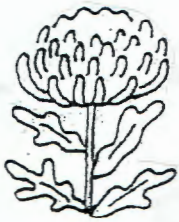
役場から福祉課N氏、鶴西と向陽台の町会長、民生委員、地域の方々、職員など集まって報告、意見交換を行いました。

その後業者2名も加わり、「あなたの勇気が命を救います」というテーマでAEDの使用方法を学び、参加者は順次実技講習を受けました。

## ♡ 11月の予定は ♡

- 2日(金) なるこ体操アラカルト
- 5日(月) 写経にチャレンジ
- 9日(金) 鶴西サロンに参加しましょう
- 10日(土) 9:30~11:00  
トトロもりあげ鯛タイ総会
- 14日(水) お茶会でしつとりと
- 16日(金) 志乃さんと歌おうラララ♪
- 19日(月) 紅葉狩りに出かけましょう
- 20日(火) 向陽台サロンに参加しましょう
- 23日(金) なるこ体操アラカルト





# グループホーム みんなの杜



## どんぐり村



## まつほっくり村

暑い暑いと言っていた季節もあっという間にすぎ、木々が少しずつ色付き始めた今日この頃です。

9/29にはR子さんに来ていただきヘアカットをしてもらいました。季節の変わり目でもあり皆さんスッキリとして若返ってみえます。

良いお天気の日には今まで暑くてなかなか外出出来なかった分、なるべく散歩や買い物に出掛けるようにしています。

10/13にはTさんが散歩がてらコンビニに行った帰りに「どんぐりの杜」にお邪魔をして買って来たお菓子を食べ、しかもお昼ご飯までご馳走になってきました。環境が変わって新鮮だったようでとても喜んでおられました。

10/14には千里浜へドライブでした。Sさんは携帯で盛んに写真を撮られていました。

10/16には山中温泉まで行きました。残念ながら紅葉には少し早い時期でしたが、久しぶりの外出で猫の置物を買ったKさんもとても楽しめたようです。

今の良い季節はなるべく皆さんと外出するようになりたいと思いますが、気温の変化も激しい時期です。スタッフ一同感染症予防に気をつけていこうと思います。

(10/23記)



## どんぐりの杜

ここ最近、地震台風と多かったです。まつほっくり村の皆さんはそれらにビクともせず元気に過ごされています。

10月にはK子さんF子さんのお誕生会がありました。お二人はもらったプレゼントにとっても嬉しそうな笑顔でした。

ハッピーバースデーを歌いながら「ありがとう」という言葉でまた笑みがこぼれました。

K子さんは時々デイサービスの方へ遊びに行かれ、お友達とお話されたり楽しまれている様子でした。

10/16お天気が良くドライブ行き金沢を一望できる県庁の展望台で景色を眺めてきました。

ホームへ帰ってから昼食を食べながら行って来た話に盛り上がっていました。Nさんは「とても景色がきれいで、行ってきてよかった。」と嬉しそうでした。

これからの時期、紅葉なども楽しみながらリフレッシュしたいですね。

(10/21記)



一段と日が暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みが秋の深まりを感じさせてくれます。

秋といえば… 色々ありますがどんぐりの杜では食欲の秋を楽しんでいます。

一緒に買い物に行き「何食べたい？」と献立を考えながら、時には手伝ってもらったりして、できる限り食卓に旬のものが並ぶようにして秋の味覚を味わってもらっています。

一番人気は栗ご飯とナスの味噌炒めです。利用者さんの「おいしかったあ〜」の声と笑顔はスタッフを幸せにしてくれます。

秋から冬へと変わりゆくこの時期、衣類をこまめに調整しながら、ますます寒くなる季節に負けないように食事面でのサポートもしっかりしていきたいと思います。

(10/19記)

