

和光園通信



平成28年9月発行号 第102号

8月下旬から、9月にかけて台風が次々と発生し、日本の各地に、様々な被害をもたらせました。8月まで、水不足なんて騒いでいたのがウソのようですね。

あっという間に、暑い季節は過ぎ去り、朝晩が涼しくなっています。体調を崩される方も増えているようです。暑い季節同様に、しっかり水分と休息をとり、体調管理にお気をつけ下さい。

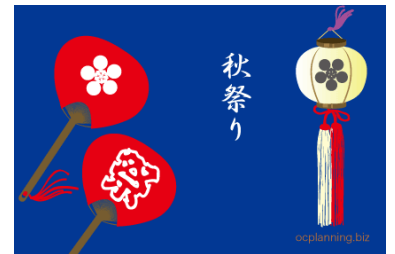
秋祭りのご案内

日時：平成28年10月16日（日）11時～15時

場所：特別養護老人ホーム和光園内（1階ホール・売店前）

内容：和太鼓・盆踊り・余興・屋台（軽食、ゲーム）

※屋台の利用は、入口にて金券を販売しています。（現金をお持ちください）



★送迎サービスを希望される方は、10/11（火）までにお申し込みください。

（送迎サービスは、ご家族様と一緒に参加される方を優先させていただきます。

ご本人のみの送迎サービスをご利用の場合はご相談ください。

お迎えは10時～11時、お帰りは15時～16時くらいを予定しています。

《お願い》

多摩市和光園ケアセンターでは送迎車両の運転手、介護職員、日々の活動や秋祭りのボランティアを募集しております。

ご興味がある方は、ぜひお問い合わせください。

（採用：大河原、ボランティア：田中）



《活動報告》 【敬老の日】



9月19日（月）ケアセンターにおいて「磯笛会」の歌謡ショーが行われました。「敬老の日」ということもあり、特養和光園の利用者さんも交流し一緒に歌声や踊りを楽しみました。

100歳の利用者さんも参加され、大いに盛り上がりました。皆さんと、毎年長寿をお祝いできることはうれしいですね。

10月 神無月 今日は何の日



8日 寒露 「野草に宿った露が霜に変わる」という意味です。長雨が終わり秋晴れの日が多くなります。

10日 体育の日



1964年に開催された東京オリンピックの感動と輝かしい功績を記念し「国民がスポーツに親しみ健康な心身を培う日」として国民の祝日に制定された。

13日 十三夜 秋の収穫祭の一つで、十五夜の次に美しい月が見られるとされています。別名粟名月とも呼ばれています。

20～ 秋土用 立冬の前日までの期間を秋土用といい、土の神である土公神が地中にある期間であるため、その期間に土をいじると土公神を怒らせてしまうと言われています。11月26日までがその期間です。

23日 霜降 「霜が降りてきて冬の到来が感じられる頃」とされています。立冬の前日までの約15日間を指し、秋を表す季語です。

31日 ハロウィーン 秋の収穫を祝い、悪霊を追い出すヨーロッパのお祭りが長い年月を経て変化したものだといわれています。現在はかぼちゃで作ったランタンを飾ったり、仮装した子供たちが近所の家を回って、お菓子をもらう行事となっています。



平成28年 10月 月間プログラム

多摩市和光園ケアセンター
電話 042-375-9888

月	火	水	木	金	土
迎え : 送り :	迎え : 送り :	迎え : 送り :	迎え : 送り :	迎え : 送り :	迎え : 送り :
					1
					オカリナ鑑賞会  リハビリ体操
3	4	5	6	7	8
〇〇割りゲーム 陶芸	東海道五十三次 すごろくゲーム 書道	荒波を越えろ ゲーム セラピー ティック ケア 	リハビリ体操 そろばんクラブ	だるま落とし ゲーム おやつクラブ (会議) 陶芸クラブ	カラオケ大会  リハビリの日  リハビリ体操
10 	11	12	13 	14	15
体育の日 ケアセンター かるた取り ゲーム カレンダー製作	今日も大漁だ! ゲーム 川柳を 楽しむ会	カラオケ大会  大人のぬりえ	音楽 レクリエーション  リハビリ体操	カラオケ大会  和光園温泉 (足湯の日) 	リハビリ体操 オカリナ (交流)
17	18	19	20	21	22
 「磯笛会」 歌謡ショー  リハビリ体操	ティッシュ Box蹴飛ばし ゲーム 書道	キックパック ゲーム 折り紙 (交流) 	カラオケ大会  大人のぬりえ 	変わった ボーリング ゲーム 陶芸クラブ	リハビリ体操 陶芸クラブ
24	25	26	27	28	29
リハビリ体操 陶芸	 カラオケ大会 デザート バイキング 和光園温泉 (足湯の日) 	ドミノ倒し ゲーム スポーツ吹矢 リハビリの日 	リハビリ体操 和光園温泉 (足湯の日) 	ホームランを 狙えゲーム おやつクラブ (調理)	ゆうちゃんでん ちゃん音楽レク  陶芸クラブ
31	<p style="text-align: center;">*プログラムは都合により変更する場合があります。 *赤字のプログラムは事前申し込みによる有料プログラムになります。 *道路事情により多少時間が前後することがありますが、ご了承ください。 *お休みをする場合は必ずケアセンターに連絡をお願いします。</p>				
明日は11月 カラオケ大会 和光園温泉 (足湯の日)  陶芸					

平成28年10月 昼食予定献立表

月	火	水	木	金	土
					1
					御飯 味噌汁 白身魚のきのこソース そぼろ煮 茹で野菜サラダ コーヒーゼリー
3	4	5	6	7	8
けんちんうどん(温) 南瓜そぼろあんかけ 酢の物 黒胡麻プリン	御飯 味噌汁 白身魚のカレー煮 ひじきの炒り煮 ポテトサラダ フルーツ	ネギトロ丼 吸い物 長芋の含め煮 梅肉和え パインゼリー	御飯 味噌汁 はんぺんの詰め揚げ がんもの煮物 胡麻酢和え 黒糖豆乳ゼリー	あんかけ焼きそば かき卵汁 インゲンの香味和え フルーツ寒天	御飯 味噌汁 鶏肉のレモンおろしかけ 切干の炒り煮 生姜サラダ ぶどうゼリー
10	11	12	13	14	15
御飯 中華風コンスープ <small>生揚げときのこのオイスター炒め</small> さつま芋のオレンジ煮 ところてんの和え物 杏仁豆腐	煮麺 鶏肉の照り煮 胡麻和え みかんの牛乳かん	御飯 味噌汁 鶏のから揚げ葱ソース 山菜の炒り煮 人参サラダ フルーツ	栗ごはん 吸い物 西京漬け焼き 高野豆腐の煮物 柚子びたし 抹茶ゼリー	御飯 味噌汁 白身魚のもろみ焼き そぼろ煮 クルミ和え 苺ミルクプリン	親子丼 味噌汁 胡麻煮 ほうれん草の磯和え フルーチェ
17	18	19	20	21	22
御飯 味噌汁 鮭のムニエルタルソース 切昆布の炒り煮 ブロッコリーとハムの和え物 フルーツ	御飯 味噌汁 ピーマン肉詰め 金平牛蒡 マカロニサラダ 煮りんご	きつねうどん(温) いとこ煮 胡麻味噌和え 黒糖ゼリー	御飯 かき卵汁 鯖の味噌煮 うの花の炒り煮 メカブの和え物 フルーツ	中華丼 中華スープ 焼売 中華風サラダ みかんの牛乳かん	御飯 味噌汁 照焼豆腐ハンバーグ 切昆布と蓮根のの炒り煮 南瓜サラダ オレンジゼリー
24	25	26	27	28	29
御飯 味噌汁 白身魚の甘酢炒め 南瓜煮 根菜の炒めサラダ フルーツ	御飯 コンソメスープ 鶏肉のオニオントマト煮 金平牛蒡 ポテトサラダ デザートバイキング	お楽しみお弁当の日 	とろろそば(温) そぼろ煮 白和え 栗ぜんざい	鮭ごはん 豚汁 魚河岸揚げのおろし煮 酢の物 黒糖ゼリー	御飯 味噌汁 茄子のはさみ揚げ煮 炒り豆腐 辛子和え 人参ゼリー
31	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 45%;"> <p>*食材の都合によりメニューを変更させていただく場合がありますので、ご了承下さい。</p> </div> <div style="width: 10%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 10%; text-align: center;"> </div> </div>				
五目寿司 吸い物 高野豆腐の煮物 ピーナッツ和え 抹茶ゼリー					