

和光園通信

平成30年8月発行号 第125号

社会福祉法人 大和会 公式ホームページ <http://www.yamatokai-tokyo.or.jp>

8月のお盆を過ぎても連日暑く、皆さんの口からは「暑いね」「この暑さ、いつまで続くんだろうね」「もう嫌になるよ」のお言葉が多く聞かれました。



立秋（8月7日）を過ぎ秋の気配を感じられるはずの季節ですが、最近ではこの『立秋』が暑さの頂点とされ、翌日からの暑さは「残暑」というそうです。暑い日が続いても、夏の空を見上げると秋の兆しが見え始めます。空が少し

づつ高く感じられるようになり、もくもくとした夏雲の上に砂を刷毛で掃いたような巻雲が空高く表れるようになれば秋が近づいた証です。

まだまだ暑さは続きます。体調に気を付けて夏を乗り切りましょう。

秋の脳トレ ことわざ編

- | | |
|--------------------|--------------|
| ① 秋ナスは（ ）に食わずな | ② 一日（ ）秋の思い |
| ③ 天（ ）く馬肥ゆる秋 | ④ 秋（ ）が立つ |
| ⑤ 秋の日は（ ）落とし | ⑥ 男心と秋の（ ） |
| ⑦ 物言えば（ ）寒し秋の風 | ⑧ 暑さ寒さも（ ）まで |
| ⑨ 柿が（ ）なると医者が（ ）なる | |



7月発行号の答え

- | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ①一石二鳥 | ②一期一会 | ③三位一体 | ④三寒四温 | ⑤三日天下 | ⑥四方八方 |
| ⑦五里霧中 | ⑧危機一髪 | ⑨四六時中 | ⑩千客万来 | ⑪四苦八苦 | ⑫五臟六腑 |
| ⑬七難八苦 | ⑭八方美人 | ⑮七転八倒 | | | |

活動報告 《夏祭り》

8月10日ケアセンターで夏祭りが行われました。

当日は、朝からお祭り一色で、午前中は《やまと保育園》の園児と交流し、子供神輿の「わっしょい、わっしょい」という掛け声にみなさんも負けない声で掛け声をかけていました。園児と一緒に手遊びも楽しまれ笑顔も見られました。



昼食はお祭りの定番「焼きそば」を召し上がり、夏祭りの屋台を思い出された方も多くいたかと思います。

午後は「寿太鼓」さんによる太鼓と屋台を楽しめました。

「かき氷」「ぜんざい」「甘酒」「きゅうりの浅漬け」「カットスイカ」など、別腹メニューが用意されており、多くのボランティアさんの協力で、完食の屋台があったり、リピート続出の

屋台があったりしました。ゲームも「吹矢」「くじ引き」と皆さんが楽しめる内容で、景品も喜ばれました。来年の夏も夏祭りを行います。楽しみにして下さいね。

9月 長月 今日は何の日

9日 重陽の節句（ちょうようのせっく） 五節句の一つで長寿を願う日。



17日 敬老の日 「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、その長寿を祝う日」として制定された国民の祝日。

20日～26日 秋彼岸 墓参り、墓掃除をしたり、おはぎをお供えして先祖の霊を供養します。

23日 秋分の日 春分の日と同様に、昼と夜の長さがほぼ等しい日とされています。

24日 十五夜 旧暦8月15日に当たる日の夜のことで、この日に見られる月は「中秋の名月」とも呼ばれます。月が見える場所に月見団子などをお供えし、秋の収穫に感謝する日です。

平成30年 9月
様

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 オカリーナ 陶芸クラブ
3	4	5	6	7	8
リハビリ体操 大人のぬりえ クラブ	カラオケ大会 おやつクラブ (会議)	指示出しゲーム セラピー ティックケア	リハビリ体操 陶芸クラブ	カルタ取り ゲーム 麻雀クラブ	リハビリ体操 ライフ キネティック
10	11	12	13	14	15
カラオケ大会 陶芸クラブ リハビリ体操	体重測定 フラダンス 鑑賞会 書道	体重測定 カラオケ大会 折り紙 (交流)	体重測定 リハビリ体操 そろばんクラブ	体重測定 神経衰弱ゲーム 和光園温泉 (足湯の日)	体重測定 音楽レク レーション おとなの ぬりえ リハビリの日
17	18	19	20	21	22
体重測定 BPいそぶえ 歌謡ショー 陶芸クラブ	東海道五十三次 すごろくゲーム おやつクラブ (調理)	ギター演奏会 お手玉体操	カラオケ大会 和光園温泉 (足湯の日) リハビリ体操	お隣さんへ 回してねゲーム 麻雀クラブ	カラオケ大会 和光園温泉 (足湯の日)
24	25	26	27	28	29
太鼓民謡 鑑賞会 和光園温泉 (足湯の日)	荒波を超える ゲーム 書道	スリッパ飛ばし ゲーム スポーツ吹矢 リハビリの日	リハビリ体操 陶芸クラブ	カラオケ大会 和光園温泉 (足湯の日)	JAZZ コンサート デザート バイキング 陶芸クラブ

*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。

平成30年9月 昼食予定献立表

月	火	水	木	金	土
					1
					御飯 中華風コーンスープ 鶏肉とピーマンの細切炒め ベジのすけの煮物 更紗和え フルーツ
3	4	5	6	7	8
御飯 味噌汁 和風ハンバーグ 金平牛蒡 コールスローサラダ 黒糖豆乳ゼリー	そうめん 麺つゆ 鶏しんじょうの炊き合わせ くるみ味噌和え 桃のゼリー	鮭ごはん けんちん汁 がんもの煮物 柚子香和え 小豆プリン	御飯 ミネストローネ オムレツ 切昆布の炒り煮 茹で野菜サラダ コーヒーゼリー	冷やし中華 そぼろ煮 胡麻味噌和え みかんの牛乳かん	御飯 かきたま汁 豚肉の生姜焼き 山菜の炒り煮 キャベツとハムの和え物 トマトのゼリー
10	11	12	13	14	15
親子丼 味噌汁 魚河岸揚げのおろし煮 葱めた 人参ゼリー	御飯 白菜スープ 牛肉とサヤの炒め物 さつま芋のレモン煮 中華風サラダ ぶどうゼリー	御飯 けんちん汁 鯖の文化干し 肉じゃが煮 ところてんの和え物 柚子ゼリー	御飯 中華スープ イカと野菜の中国風旨煮 焼売 生姜サラダ フルーツ寒天	御飯 味噌汁 鶏唐揚げの葱ソース 金平牛蒡 胡麻酢和え フルーツ	五目寿司 吸い物 そぼろ煮 ピーナツ和え 黒糖ゼリー
17	18	19	20	21	22
赤飯 吸い物 鯖の西京漬け焼き焼き 茶碗蒸し 酢の物 練りきり	御飯 味噌汁 鶏肉のオニオントマト煮 切昆布の炒り煮 シルバーサラダ りんごゼリー	きつねうどん ベジのすけの煮物 くるみ和え 水ようかん	三色おはぎ 野菜汁 高野豆腐の煮物 ピーナツ和え フルーツ	御飯 かきたま汁 カレイのホイル焼き 大豆とひじきの炒り煮 柚子びたし 人参ゼリー	カレーライス ジュリエンスープ 福神漬け 菜果サラダ ヨーグルトブルーベリーソース
24	25	26	27	28	29
鮭のそぼろ寿司 吸い物 高野豆腐の煮物 鶏辺和え 抹茶ゼリー	ご飯 かきたま汁 鯖の味噌煮 切干大根の炒り煮 あい混ぜ フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め 金平牛蒡 コールスローサラダ フルーツ	とろろそば 揚げ茄子の肉味噌かけ 胡瓜としめじの和え物 黒糖ゼリー	御飯 味噌汁 ハンバーグデミソース かに風味あんかけ ポテトサラダ みかんゼリー	御飯 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ 大豆とひじきの炒り煮 茹で野菜サラダ デザートバイキング

*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。