

# 悠遊苑だより



第290号 令和7年10月

医療法人 立川メディカルセンター

介護老人保健施設 悠遊苑

施設長 立川 浩

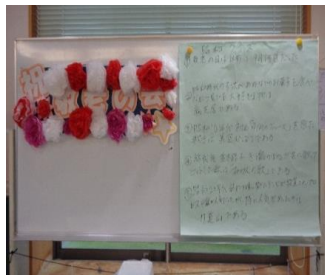


10月 七福神の布袋尊(ほていそん)は、実在した中国の禅僧がモデルとされ、笑門来福・夫婦円満などにご利益があるといわれています。刺繍糸で三つ編みを作り一本一本丁寧に貼り付け、鮮やかな作品に仕上がりました。皆さんにご利益がありますように。

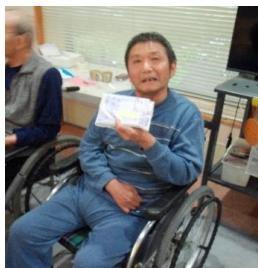
作製：通所リハビリの利用者さん

## 9月の行事

2F 喜寿・米寿・白寿の方を皆でお祝いしました。大勢の方の前で照れた様子の方もいらっしゃいましたが、とても嬉しそうな表情で和やかな空気に包まれました。お祝いをしたあとは昭和を思い出すようなクイズや健康に関する〇×問題を職員と一緒に考え盛り上がりました。



3F 米寿・喜寿・卒寿の方々9名にお祝いの品をプレゼントしました。他の利用者さんに紹介を行うと「おめでとう」「私より年が上だ」「まだ若く見えるのに卒寿なんてびっくり」などお祝いの言葉だけでなく驚きの言葉も多く聞かれました。



## 今月の行事

**2F 10/18（土） 「悠遊フェスティバル」**

**3F 10/8（水） 14：30～「秋の紅葉狩り」**

**10/18（土） 「悠遊フェスティバル」**

**10/18（土）面会の際は、別紙の注意事項をお守りいただくようお願いいたします。**

## ご家族の皆さんへ

朝晩涼しい日も多くなりました。ご利用者さんのたんすを確認して頂き、秋冬物の衣類の補充と、私物に名前のご記入をお願いいたします。洗濯物の受け渡し時間は、面会時間と同様 13：00～17：00 となっております。時間外での対応が必要な場合は、ご相談下さい。また、来苑の際にはマスクの着用をお願いいたします。

## 利用者の方より

### 魚沼通信 Vol.124 細井 昭 様 #さんしょう

10月さんしょう

良い香りの新芽、ピリリと辛い種で知られるサンショウは、日本原産の植物で、英語では「ジャパニーズ・ペッパー」と呼ばれます。イチョウと同様に、雄株・雌株とに分かれる「雌雄異株」種で、一本の木では結実しません。熟すと赤色になり、中の黒い種は香辛料として用いられます



## 通所リハビリテーション



### 9月の月間行事

4～8月の間、曜日対抗戦で

「ゼンブ合うかな？野菜作りゲーム」を行いました。

優勝は同点で「木曜、金曜日」チーム！

表彰式を行い景品をお渡ししました。おめでとうございます！



美味しいおやつも  
食べていただきました



七福神を制作中です  
完成をお楽しみに！



作業活動風景です  
葉っぱ作りをしています



悠遊画廊

## リハビリ☆コラム No.149

### 『リハビリから見たアドバンス・ケア・プランニング』

今回は、「アドバンス・ケア・プランニング」を「**リハビリの視点**」から見ていきます。

皆様は、リハビリについてどんなイメージをお持ちですか？  
「運動」「体操」といった、「体を動かすこと」が、まず頭に思い浮かぶの  
ではないでしょうか？



それももちろん大切ですが！

例えば…元々の趣味や楽しみを活かした内容（歌を歌う、編み物をする、絵を描く）

職歴を活かした内容（農家だった方に畑仕事を手伝ってもらう）等

その方になじみ深い活動を取り入れることも多いです。人それぞれ歩んできた人生は様々で、希望や想いも様々です。「**その人らしく**」生きていく為に、その方の情報や希望・想いをもとにリハビリを考え、援助しています。



**ご自分のことを振り返ってみてはいかがでしょうか？**

長岡市の「わたしの希望のおぼえ書き」には、リハビリが大切にしている情報を記載する欄がいくつかあります。



- 生い立ち
- 生活の中で楽しみにしていること（してきたこと）
- 大切にしていること（してきたこと）
- 趣味、特技、資格など

リハビリが必要になった時、今後も「**自分らしく**」生きて行く為に、人生を振り返ってご家族と話し合ってみてはいかがでしょうか？

## 『当苑リハビリでの取り組みをご紹介します』



元々編み物の先生をされていた入所者様

・10月18日開催の「悠遊フェスティバル」で配布する、コースターの作製をお願いしました。本人様からは「これくらい任せてよ！」との声。可愛いコースターが沢山あります



主婦をされていた女性入所者の方々

・当苑で収穫したゴーヤを調理し、「ゴーヤチャンプルー」を作っていただきました。手際のよさは流石です。味付けもしていただき、職員も大変美味しくいただきました！！

次回は「いつまでも自分らしく～尿もれを防ぐ体づくり～」です。