

# 悠遊苑たより



第288号 令和7年8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



8月：風鈴やスイカ、ひまわりなど夏の定番がたくさん詰まった作品です。広告のチラシをちぎって作りました。涼しげな雰囲気が真夏の厳しい暑さを和らげてくれそうです。

作成：3階入所者さん

## 1月の行事

2F 七夕飾りと短冊の作成を行いました。短冊に願い事を書いている時は、皆さん真剣な表情や困った表情をしていましたが、笹に飾りつけをする時は笑顔がみられました。



3F 七夕の飾りつけをしました。みなさん願い事を一生懸命に書かれていました。「願い事が叶いますように…。」と願いながらおやつを召し上がっていました。皆さんの笑顔が見られて良かったです。



## 今月の行事

**2F 8/6(水)「夏祭り」**

**3F 8/6(水)「夏祭り」**

**各階とも、お祭りらしいおやつの提供やゲームで楽しんで頂きます。**

## ご家族の皆さんへ

面会につきましては、引き続き感染予防に努めながら行いますが、状況に応じて制限させていただことがあります。また混雑を防ぐため、土日祝日の面会時はお待ちいただく場合があります。ご不便をお掛けしまして申し訳ありませんが、ご理解・ご協力の程よろしくお願ひいたします。

## 利用者の方より

### 魚沼通信 Vol.122 細井 昭 様 #くさぎ

8月くさぎ

葉にさわったり、こすったりすると特有の強い臭気を放つことから、「臭木」と名付けられていますが、花の香りはとても良いものです。実は染色に用いられます。白く見える部分はガクで、雌しべ・雄しべのように見えるのが花です。ガクは赤色へと変わり、藍色の実になります。



## ～栄養科だより～



### 8月のイベント

8月1日(金)  
長岡祭り特別献立  
8月26日(火)  
お楽しみ献立  
楽しみにお待ちください。

梅雨明けし連日暑い日が続いています。

暑さで体力が奪われると脱水や食欲低下を起こしやすくなります。

こまめに水分補給し生活リズムを崩さない様心掛けましょう。

トマト、胡瓜、茄子、すいか等は夏野菜特有の体を冷やす働きがあります。

旬の食材も摂り入れ暑い夏も元気に乗り切りましょう。

## ～ご紹介～



【7月のお楽しみ献立常食】



【7月のお楽しみ献立ムース食】

7月17日（木）7月のお楽しみ献立を提供致しました。

- ・とうもろこしご飯
- ・あさりと豆腐の味噌汁
- ・鶏つくねと野菜の炊き合わせ
- ・茗荷入りもずく酢
- ・抹茶プリン

暑い時期を元気に乗り切って頂ける様趣向を凝らしたメニューを提供し大変好評でした。

今月もイベント献立の提供を予定しております。楽しみにお待ち下さい。



# 通所リハビリテーション



## 7月の月間行事

今月は金曜日チームの挑戦でした。

得点は181点で木曜日チームと同点でした。

8月の月曜日チームの得点で優勝チームが決まります。



ご利用者様が大人の塗り絵コンクール  
で特別賞を受賞しました



七福神の製作をして  
います  
完成が楽しめます



悠遊画廊



## リハビリ☆コラム No.147



### 「アドバンス・ケア・プランニング：ACP、人生会議とは」

突然ですが、皆さんは「もしものこと」を考えたことはありますか。

誰でも、いつでも、命に係わる大きな病気やケガをする可能性があります。食べることが出来なくなった時、話すことが出来なくなった時、病気などで回復が難しく、命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、“医療やケア”などを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。



もしものときのために、あなたが望む“医療やケア”について、前もって考え、家族や大切な人、信頼できる人、医療・介護スタッフと繰り返し話し合い共有する取り組みを

「アドバンス・ケア・プランニング」、愛称「人生会議」と呼びます。

厚生労働省が平成29年から推進している活動です。

この活動は「終活」と似ているようで、まったく異なるものです。

【終活とは】

- ・人生の最期を見据えて事前に行う活動や準備のことを言います。
- 例)自分が亡くなった際の葬儀やお墓の準備  
エンディングノートの作成  
生前整理
- など



マイナスな印象を持たれるかもしれません、「**人生会議**」は前向きにこれから生き方を考える活動です。あなたの『**意思（希望）**』を尊重した“**医療・ケア**”を実現することができます。

また『**残されるご家族や大切な人**』にとっても、重要な意味を持ちます。

自治体により様々な様式で冊子やシートが作成されています。分かりやすくまとめたものになりますので、話し合いのきっかけとして活用してはいかがでしょうか。



これが長岡市の「わたしの希望のおぼえ書き」です。

近隣の自治体には、  
小千谷市 「わたしの想い生き方ノート」  
上越市 「上越地域人生会議ノート」 があります。

次回は「アドバンス・ケア・プランニングの進め方について」です。