悠遊苑だより





第 302 号　令和 8 年 10 月
社会医療法人 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



食欲の秋、食べ物のおいしい季節になりましたね。今月は、柿と栗の貼り絵を作製しました。
和紙を使うことで、温かみのある仕上がりになっています。

作製：3 階入所者さん

９月の行事

２階　９月１７日（木）に敬寿会を行いました。米寿と百歳になられる方を対象に皆でお祝いさせていただきました。皆の前で対象の方に「長寿の秘訣」や「好きな食べ物」をインタビューし、写真付きのお祝いカードを贈りました。皆に拍手を送られ照れくさそうな表情の方もいましたが笑顔が見られ嬉しそうでした。
折り紙やペットボトルの蓋を使って、ぶどうを制作しました。悠遊フェスティバルや、すこやかともしび祭のWEB で展示する予定です。






３階　敬老会を行い、米寿・喜寿・卒寿の方々11 名をお祝いし、一言ずつ挨拶をしてもらいました。
最後に全員で歌を歌い大きな拍手をしてお祝いしました。お祝いの品をプレゼントすると皆さん喜ばれていました。







栄養科だより



10月のイベント

10月22日（木）
お楽しみ献立

猛暑の夏、稲刈りも終わり、秋晴れの過ごしやすい季節となりました。
コシヒカリは昭和３１年に誕生した品種で「越の国に光り輝く」米であってほしいという願いから命名されました。東北から九州まで幅広く生産されています。
９月のレクリエーション献立では魚沼産新米コシヒカリを提供し、色、艶、味がやっぱり違うと利用者の皆様に大変好評でした。
新米の出回る時期です。美味しく頂き今月も元気に過ごしていきましょう。



《ご紹介》





【秋のレクリエーション献立常食】　　【秋のレクリエーションムース食】

9月17日（木）秋のレクリエーション献立を提供いたしました。

・魚沼産新米コシヒカリ　・きのこの澄まし汁　・アスパラの牛肉巻き柚子味噌ソース
・うなぎの蒸し卵・サーモンと海老ときのこのグラタン　・秋野菜煮物　・旬のフルーツ盛り合わせ

旬の新鮮な食材満載のレクリエーション献立は利用者の皆様に大変好評でした。
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。

今月の行事

2階
3階 ］10月17日(土) ・悠遊フェスティバル
・リハビリ棟でハロウィンおやつパーティー

ご家族の皆さんへ

外気温に応じて苑内の温度調節を行っておりますが、寒さを訴えられるご利用者さんもいらっしゃいます。
秋の衣替えを少しずつ始めていただけるとありがたいです。その際は、必ず記名をお願い致します。

◎10月17日（土）に悠遊フェスティバル2026を開催いたします。
悠遊健康村病院で行われる病院祭へ参加する予定です。
ご利用者さんの作品展示もありますので、是非お越し下さい。
当日は10：00より面会可能といたしますが、11：30～12：30はご利用者さんの昼食時間となりますのでよろしくお願い致します。

利用者の方より

魚沼通信 Vol.136 細井 昭 様　#ひまわり（向日葵）

ヒマワリの種は、上質のタンパク質、脂肪等を豊かに含む健康食品として、近年注目されています。
大リーグ・大谷選手も食べているとか…。スーパーの棚にもひまわり油をよく見かける様になりました。
大きな花の外側から中心に向かって、順々に種になって行きます。






通所リハビリテーション

9月の月間行事




続々と作品が
出来上がってきています♪

悠遊画廊





4月から始まった曜日対抗のビンゴゲームが終わり、

金曜日チームの圧勝でした!!

表彰式で皆さんに景品をお渡しし、

最後は万歳三唱で閉めました。

金曜日チームの皆さん、おめでとうございました。


優勝しました!!


バンザ～イ!!

リハビリ☆コラム No.161

『回想法』の実践の際に



①
前回、回想法が
紹介されていましたが、
なにか注意する事は
ありますか？



①
相手について、必要な情報収集をしておくと、話題や話が理解しやすいと思いますよ。



②
実際に話をしていく中で、
気をつけることは
何でしょうか？



②
相手の話を否定しない事ですね。
事実ではない話だとしても、受け入れて、楽しく話が続くようにしましょう。
昔の写真や音楽、道具などから、話題が広がってくることが多いですよ。











終わりにするときは、
「あぁ、話をして楽しかったなぁ」
と思えるようにしましょう。





若い頃は、田植えも大変で、
辛い事もたくさんあったけど、
今思うと、楽しいことも
いっぱいあったなぁ。

次回は『悠遊苑での回想法』です。