

# えくぼ



「発犬君」 田柄デイサービスセンター マスコット

## 経営理念

練馬社会福祉事業団は、人権尊重を理念とし、地域で最も信頼され、喜ばれるサービスの提供を、効率的でバランスのとれた経営をもって行い、区民福祉の向上を図ります。

発行 田柄デイサービスセンター 編集責任者 安井 晴代



みなさまの「元気!!」を応援します。  
～ 笑顔・元気・チャレンジ・地域との輪～

私たちは、常に新たな取り組みを実践

夏の厳しい暑さも去り、気持ちの良い季節になりました。秋の味覚祭りや紅葉のお出かけにはベストシーズンですが、まだまだ自粛の日々が続いています。田柄・光が丘地区には光が丘公園があり、イチヨウ等の紅葉や秋咲きのバラなど近くでも緑あふれる場所があります。時にはお散歩をしながら季節を感じることも大切ですね!!

## ～9月の活動報告～

★9月にはデイで一番大きな行事「敬老会」がありました。今年の最ご長寿は「上寿」102歳の男性です。「百寿」100歳の男性がお1人、「白寿」99歳はなんと5名もいらっしゃいました。元気の秘訣をお聞きすると、皆様口をそろえて「運動する事」「笑う事」とおっしゃっていました。中には「デイサービスに休まず来ること!」と言って下さるお客様もおられ、嬉しい限りでした。102歳の方の長生きの秘訣は、「指先を使って物作りをすること」で、今でも毎日お菓子の空き箱などを利用してかご作りなどを継続していらっしゃるそうです! 今年白寿の方は、来年は100歳のお祝いになります。100歳が5人?! 今から来年の敬老会が楽しみです!!

★コロナ禍の活動として模索中の「大人の自由時間」ですが、男性には将棋やオセロゲーム・黒ひげゲーム等が人気です。女性陣はやっぱり手工芸でしょうか……。芸術の秋、読書の秋、皆様のどのように秋を過ごされるのでしょうか? ちなみにももちろん私は食欲の秋! です。(上野)

★川柳・俳句クラブ 9月のお題は「秋の夜、なんでも」でした。

「秋の夜は テレビに見入る 新番組」(ヒロ子様) 「秋の蚊帳 いないつもりが また一匹」(徳美様)

「秋の夜 パラリンピック 感動す」(静子様) 「長い夜 我が子のぐずりで 共に泣き」(ヤヨ様)

10月のお題は「実りの秋」例えば、秋刀魚、梨、栗、夜食、等何でも 開催日10月8日(金)です! 他の曜日のお客様からの作品のご持参をお待ちしています!!

## ～10月の活動予定～

★今月の「郷土・ご当地料理」は23日(土曜日)『鳥取県』です! 鳥取県といえば・・・(◎\_◎)

「ラッキョウの和え物」「どんどろけめし??」「カニ汁」!! お楽しみに(\*~\*)v

★暑さも落ち着き、窓からは心地よい風が吹いてきます。自粛でどこにも出られないので、せめて、季節の良い時だけでも中庭のお散歩を兼ねた「外の歩行訓練」を行ってきたいと考えております!

## 今月のかわり湯 < コラーゲン湯 > 10/11(月)~16(土)

天然コラーゲンエッセンス配合の入浴剤を使用。季節の変わり目のかさつくお肌にやさしく浸透し、健康で潤いのあるすこやかなお肌を保ちます! どうぞ、お楽しみに・・・(^O^)/

★寒くなってきました。皆様、上着を着てくるようになっていきます。お手数ですが、上着にもご記名をお願い致します。帽子やマフラー・手袋などもお願いいたします。

★食べ物(鮎・お菓子等)の持ち込みはご遠慮下さい。のど鮎などをお持ちになる場合はご自分だけで、お仲間に差し上げたりしないようお願いいたします。持病の為、禁止となっている方もいらっしゃる。

ご自宅でご不用のタオルがありましたら、ご寄附いただけますようお願いいたします。

## 秋ですね

金木犀の甘く爽やかな香りが漂いはじめました。食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋…。皆様どんな秋をお過ごしですか。私はやっぱり食欲の秋! 今日にはデイサービスのお食事の紹介をします。今月のメニューは「さんまやくるみ」など秋を感じる食材が並んでいます。特に、23日には鳥取県の郷土料理として「どんどろけめし」が登場します。「どんどろけめし」は、油で炒めた豆腐を混ぜた炊き込みご飯で、「どんどろけ」とは鳥取の方言で雷のことだそうです。豆腐を炒めるときのバリバリという音が雷に似ていることから、この名前がついたそうで、農作期の節目で食されてきました。このように、季節の移り変わりをお食事でも皆さんと一緒に楽しめればと思っています。朝夕は少しずつ気温が下がってまいりますので、風邪など引かれませぬよう、お気を付けください。

(所長)

## 敬老会の様子

## 2021年9月の報告



賀寿の皆様、おめでとうございます。益々のご長寿とご健康をお祈りいたします。

## 大人の自由時間の様子



大人の自由時間では、将棋・オセロ・脳トレ・折り紙・ぬり絵等 様々な活動を提供しています! ただいまみんなで模索中……。

ブログも見て下さいね♪

