

厳しい残暑が続いていても、ふとした時に秋の気配を感じますね。朝夕は半袖では少し寒いかな？という時もあります。9月は季節の移り変わりを体感することができます。敬老の日は、普段はなかなか伝えられない感謝の気持ちを伝えたり、家族みんなで食事をしたり、おじいちゃんやおばあちゃんに喜んで頂ける様な事を考えてお祝いしたいですね。

## 通所リハビリ夏祭り



8月10日 11日に通所リハビリの夏祭りを行いました。お神輿が登場して、たこ焼、チョコバナナ、かき氷の屋台ができました。とても美味しかったと好評でした(\*^\*)v



## 納涼祭



8月6日、あさがお納涼祭を行いました。盆踊りやゲーム、花火大会など盛沢山でした。是非、来年は皆様もご参加下さい。



## 誕生日会



8月7日 8日に誕生日会を行いました。今月は11の方が誕生日を迎えられました。

# おめでとう!

## マシーン紹介



ヒップアブダクション



腰回りの筋肉が弱くなると体の安定性が悪くなります。このマシーンを使うことで骨盤の安定性を高めることにより転倒を防止します。

## 9月の予定

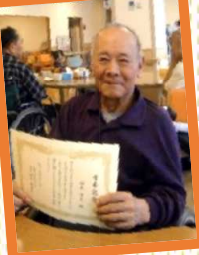
- ☆ 傾聴ボランティア 9月 7日(木) 21日(木)
- ☆ 誕生日会 9月13日(水) 14日(木)
- ☆ 敬老会 9月18日(月) 19日(火) 20日(水)
- ☆ 音楽の広場 9月20日(木)

さわやかな秋晴れが続き、日ごとに秋が深まり紅葉の美しい季節になりました。10月は体育の日がありますが、昭和39年、日本で初めてとなる五輪大会「東京オリンピック」の開会式が行われました。これを記念して昭和41年から国民の祝日に関する法律に基づき10日の体育の日に制定されました。平成12年からは10月の第2月曜日に変更されました。通所でも運動会を行います。楽しみにしててください。

## 敬老会



9月18日19日20日に敬老会を行いました。  
あさがおでは、卒寿3名、米寿8名、傘寿6名、喜寿11名、古希4名の計32名の利用者様に記念品と表彰状の贈呈を行いました。いつまでもお元気にお過ごし下さい！！



## マシン紹介



起立台

マヒで足首が硬くなったり、内側にひっくり返る状態を起立台により、足関節をストレッチする事で筋肉への緊張をリラックス状態にします。それにより、歩行の安定に繋がります。

## 誕生日会



9月13日14日に誕生日会を行いました。今月は12名様がお誕生日を迎えられました。  
おめでとうございます！！

## 家族勉強会のお知らせ

日時 : 平成29年11月25日(土)午後1時15分～(受付)  
会場 : 介護老人保健施設 あさがお  
名称 : 第10回 家族勉強会  
テーマ : 「いつまでもおいしく食べるために」パート2  
☆ 好評につき、第二弾を開催する事になりました！！  
講師 : ラムザ歯科サポート 相澤様  
申し込み: 地域交流委員会 担当 城所まで



## 運動会 10月の予定 運動会

☆ 傾聴ボランティア	10月 5日(木) 19日(木)
☆ あさがお運動会	10月11日(水) 12日(木) 10月13日(金)
☆ 誕生日会	10月16日(月) 19日(木)
☆ 音楽の広場	10月18日(水)

※あさがお通信の配布、掲示に関し、掲載されている全てのご利用者様の同意を得ております。

日に日に秋が深まり遠くの山々も、澄みきった青空に映える季節となりました。ところで、皆様はお気づきでしょうか？なんと今回「あさがお通信」が100号を迎えました。さかのぼる事、6年前21年7月から発行されました。その時その時の思い出を皆様へ届けてきた「あさがお通信」。これからもよろしくお願ひ致します。日増しに寒さが身にしみ、冬はもうすぐそこまで来ているようです。風邪を引かないよう気を付けましょう。



## 外食ツアー



9月末から、10月3日、4日、6日に、和食レストラン「とんでん」に外食ツアーを行いました。美味しい食事で会話も盛り上がりで、みなさん笑顔いっぱい楽しい時間を過ごしました。

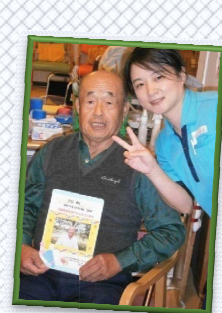
## ルーテル学院来所



9月29日に小学部、10月4日に高等部の生徒さんが来所され、歌と踊りを披露してくれました。



## 誕生日会



10月16日19日に誕生日会を行いました。今月は19名様がお誕生日を迎えられました。

おめでとうございます

### 家族勉強会のお知らせ

日時 : 平成29年11月25日(土) 午後1時15分~ 受付  
会場 : 介護老人保健施設 あさがお 30分~ 開始  
名称 : 第10回 家族勉強会  
テーマ : 「いつまでもおいしく食べるために」②  
講師 : ラムザ歯科サポート 相澤様  
申し込み: 地域交流委員会 担当 城所まで



## 11月の予定



- ☆ 傾聴ボランティア 11月 2日(木) 16日(木)
- ☆ 誕生日会 11月10日(金) 13日(月)
- ☆ 音楽の広場 11月15日(水)
- ☆ 秋の通所音楽祭 11月17日(金)

寒さも本格的になり、今年も締めくくりの時節となりました。大晦日に食べるものといえば何が浮かびますか？除夜の鐘を聞きながら食べる年越しそばは当たり前になっていますが、江戸時代に年越し蕎麦というと、節分に食べる蕎麦を指しました。昔は立春から新年が始まると考えられていたからです。蕎麦は細く長く延びるので、細く長く生きるようにと「延命長寿」を願って、食べられるようになったそうです。



## 秋の芸術祭



11月17日(金)に秋の芸術祭を行いました。歌や踊りなど大いに盛り上がり、みなさん笑顔の絶えない楽しい一日となりました。



## 手工芸&イベント食



今月の手工芸は、クラフトを使って小物入れを作りました。とても可愛く仕上がりました。また、壁面のツリーも制作中です。



## 誕生日会

11月10日(金) 13日(月)に誕生日会を行いました。今月は11名様がお誕生日を迎えられました。

おめでとうございます



## リハビリテーション



階段の昇降訓練です。両足の筋肉増強効果、立っている時の動作バランス能力向上が目的の訓練です

## 介護職



## 新しい仲間

10月21日より入職しました高田と申します。明るく元気ががんばりますので、宜しくお願い致します。



## 12月の予定



- ☆ 傾聴ボランティア 12月 7日(木) 21日(木)
- ☆ 誕生日会 12月13日(水) 15日(金)
- ☆ 音楽の広場 12月20日(水)
- ☆ クリスマス会 12月21日(木) 22日(金) 23日(土)



新年あけましておめでとうございます。穏やかな初春をお迎えのことと思います。ところで初夢は見ましたか？「一富士・二鷹・三なすび」が縁起が良いとされていますが、現代は元日の夜から二日の朝にかけて見るのが初夢と一般的に言われています。富士は無事や末広がり、鷹は高く上に上がっていくことから運気の上昇を表し、なすびは成すや毛が無いことから怪我無いという縁起の良い意味とされています。本年も職員一同、よろしくお願い致します。



## クリスマス会



12月21日 22日 23日にクリスマス会を開催しました。メリークリスマスの掛け声と共に乾杯！！そして焼き立てのホットケーキにトッピングをして美味しく頂きました。踊りに劇に歌と盛り沢山の出し物。最後にプレゼントを選んで頂き楽しい一日となりました。



## 誕生日会



12月13日 15日に誕生日会を行いました。今月は17名様がお誕生日を迎えられました。

おめでとうございます



## 手工芸



手工芸ではクリスマスツリーやクリスマスの壁画を制作しました。

## リハビリ

### 作業療法

「作業」とは、仕事・生活・趣味活動など人が暮らしていく上での諸活動すべてを意味しています。作業療法では、その人らしい生活を目指して作業活動を行っています。



リハビリグループ

## お知らせ

リハビリグループ



第2回 あさがお音楽祭を音楽療法士が中心となって開催いたします。施設内で「コンサート会場」に行った様な気分を味わって頂けるように、ポピュラーソングからクラシックまで幅広いジャンルの曲をお贈り致します。

日時 2月3日(土) 13:45~

ご家族様のご来場を心よりお待ちしております。



## 1月の予定



- ☆ お茶会 1月 4日(木) 5日(金) 6日(土)
- ☆ 誕生日会 1月12日(金) 15日(月)
- ☆ みう保育園 訪問 1月16日(火)
- ☆ 音楽の広場 1月17日(水)
- ☆ 傾聴ボランティア 1月18日(木)

厳しい寒気の中で梅のつぼみがほころび始めました。春一番は、立春（2月4日頃）から春分（3月21日頃）までの間にその年に初めて吹く南よりの強い風のことを言います。春一番が吹いた日は気温が上昇しますが、翌日は寒さが戻ることが多く、これを「寒の戻り」と言います。北陸地方では、春一番の様に暖かい南風を「ほんぼろ風」と呼ぶそうです。本当に春が待ちどおしいですね。



## 新年かるた大会&お茶会



1月3日（水）、あさがお初日にかかるた大会を行いました。  
1月4日（木） 5日（金） 6日（土）には恒例のお茶会も行いました。



## 誕生日会



1月12日（金） 15日（月）に誕生日会を行いました。今月は21名様がお誕生日を迎えられました。

おめでとうございます！！



## 手工芸&行事食



手工芸では可愛い写真立てを制作しました。

お正月のお祝い膳です。

## みう保育園 来所



1月16日（火）太鼓演奏や劇を披露してくれました。



## リハビリテーション



平行棒を使っての歩行訓練です。みなさん頑張っています！！



## お知らせ

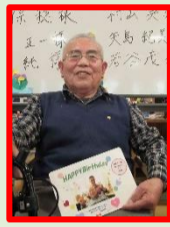
のど自慢大会参加者募集のお知らせです  
3月1日（木）2日（金）に「のど自慢大会&ひな祭り会」を予定しています。のど自慢参加ご希望の方は2月17日（土）までに担当の城所、高田にお声掛けください！！

## 2月の予定

- |            |          |        |
|------------|----------|--------|
| ☆ 傾聴ボランティア | 2月 1日（木） | 15日（木） |
| ☆ あさがお音楽祭  | 2月 3日（土） |        |
| ☆ 誕生日会     | 2月12日（月） | 15日（木） |
| ☆ 音楽の広場    | 2月21日（水） |        |

三月は弥生と呼ばれ、草木がいよいよ生い茂る月という意味があります。昔から「春は苦いものを食べてよ」と言われています。苦味のある山菜には、ミネラルやポリフェノールなど細胞を活性化させる成分が多く含まれています。冬から春へ体も活動するための準備を始めるこの時期にふさわしい食材なのですね。春菊・水菜・ウド・たけのこ・菜の花・ほうれん草・三つ葉などが旬な食材です。

## 誕生日会&手工芸



2月12日 15日に誕生日会を行いました。今月は19名様がお誕生日を迎えられました。

おめでとうございます



春の野山を駆け抜ける、電車の壁画をみんなで制作しました。楽しい気持ちになりますね。

## 第2回あさがお音楽祭



2月3日、音楽療法士主催の音楽祭が行われました。情熱大陸・星に願いを・さくらさくら等、いろいろなジャンルの音楽に、皆様



## リハビリテーション



作業療法  
様々な道具(コーン・ペグ等)を使い、手や指先のリハビリを行っています。

## お知らせ

### ～家族勉強会のご案内～

テーマ:「施設の食事を試食してみませんか?」  
日時:平成30年5月 後半の土曜日を予定しています。

☆ 詳細は決まり次第お知らせいたします。

## 3月の予定

- |            |                 |
|------------|-----------------|
| ☆ のど自慢大会   | 3月 1日(木) 2日(金)  |
| ☆ 傾聴ボランティア | 3月 1日(木) 15日(木) |
| ☆ 誕生日会     | 3月14日(水) 17日(土) |
| ☆ 音楽の広場    | 3月28日(水)        |