



施設情報

入居相談などお気軽にお問い合わせ下さい。

詳しくはWeb「[ウェルケア伊豆高原](#)」で今すぐ検索!!



敬老会



9月16日に敬老会を開催しました。日本の平均寿命は、男性81.09歳、女性87.26歳で、ウェルケア伊豆高原のご入居者27名を比較しますと、男女合わせて17名の方が平均寿命を超えられています。また、お二方が100歳を超えられています。これからも健やかに過ごしていただけるように、スタッフ一同支援していきます。

さて、今回の敬老会では、ご入居者の方から「ぜひみなさんの前で踊りたい!」とおっしゃっていただき、ご披露いただきました。木製のお面が4種類あって、それぞれのお面の表情にあった踊りがとてもおかしくて素晴らしかったです。職員もそのお面をお借りして一緒に踊りました。踊っていただいたご入居者に触発されたのか、職員の踊りも滑稽で思わず笑ってしまいました。



毎年、敬老会には、市内のコーラスボランティアに来ていただいていたのですが、今年はお声かけが間に合わなくて残念ながらお呼びできませんでした。その代わりに、「川の流れのように」の曲に合わせてご入居者の方と職員が一緒になって体操をしました。また、毎年恒例のコーラスに負けじと、職員が「青い山脈」と「上を向いて歩こう」を披露いたしました。ご入居者の方々も一緒に歌われ、楽しく過ごしていただきました。

さて、今回のおやつは、いちごのムースケーキでした。ちょっぴり紅白で、おめでたいおやつに見えたでしょうか。



お誕生日おめでとうございます

今月、お誕生日を迎えられた方々です。
おめでとうございます。



レクリエーション ～散歩～

9月に入り日中の暑さも峠を越して、過ごしやす時季になりそうと思いましたが、ずっと雨続きで、晴天はほとんどなくすっきりしない日ばかりでした。ようやく晴れたので、レクリエーションの時間を利用して、施設の周りをお散歩しました。まだ日差しに夏の名残を感じましたが、地面にはどんぐりがたくさん転がっていて、それを拾ったりもして、久々の外の空気で、気分転換していただきました。また、「これは食べられないどんぐり。食べられるのは椎の実よ。」そんなお話もされていました。



敬老祝膳

9月17日の夕食は、ご長寿のお祝いと『これからも健康で過ごせますように』と願いをこめて、ウェルケアの厨房より入居者の皆様への『敬老の日お祝い膳』でした。メニューは、御飯、お刺身盛り合わせ（鮪、サーモン、帆立）、茶碗蒸し、青菜と黄菊の和え物、お吸い物、デザートプリンアラモードです。

小鉢の和え物の黄菊は、苦味も少なく、リラックス効果や抗酸化作用を持つビタミンE、筋肉に働きかけて緊張をほぐすビタミンB1などのビタミンやミネラルを多く含んでいる食用花で、古代中国より延命長寿の花と言われてきました。お刺身に添えてあるだけだと残してしまいがちですが、青菜と一緒に和え物だと食べやすく、彩りも華やかにしてくれます。



10月の予定

- 23日（火） 三島信用金庫来館
- 24日（水） 移動美容室はしば来館

- 毎週水曜日 こんがりあん移動販売
ナガヤ買物
3日・10日・17日
24日・31日
- 毎週日曜日 休浴日



編集後記

9月上旬に、猛烈な勢いの台風21号が日本に上陸し、関西を中心に大きな被害をもたらしました。また、9月21日早朝には、北海道内陸を震源とする震度7の地震が発生しました。この地震では全道が停電し、交通網のまひや医療機関等の閉鎖など、生活に深刻な影響をもたらされたと報道されました。こちら伊豆高原では、しばらく災害に遭うことなくほっとしていましたが、月末に台風25号が日本を縦断し、その強烈な風の影響で停電や道路の寸断に見舞われました。幸いウェルケア伊豆高原に被害はありませんでしたが、改めて災害への備えと心構えは常に意識しようと思いました。さて、9月はシルバーウィークの月ですが、今年は長い連休にならず、三連休が2回でした。そのせいか、「安近短」で、こちら伊豆を訪れる観光客が多かったように思います。また、秋雨前線が居座って毎日すっきりせず、「一雨ごとに涼しくなる」ところか、雨上がりに蒸し蒸しして夏に逆戻りしたように感じた日もありました。それでも、このごろは、日暮れの早まりを感じ、虫の音も心地よく聞こえるようになりました。ようやく、過ごしやすい「秋」を迎えられそうです。(M)