



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!!



収穫祭 ～焼き芋の会～

11月4日に収穫祭として、焼き芋の会を開催いたしました。この日は、あいにく雨でした。そして、お天気の週間予報はくもりや雨が続く予想で、秋晴れの日のめどが立ちませんでした。このため、延期は断念して、実行いたしました。

毎日、午前中は体操の時間ですが、この日は、ご入居者の方々に、焼き芋の準備を手伝っていただきました。(少し強引ですが、手先の体操です。) その後は、ウェルケア伊豆高原の玄関の軒の下で、炭をおこし、じっくりとお芋を焼きました。



午後になり、おやつ時間に合わせて、入居者の方々に声がけして、食堂で焼き芋の会を開き、召し上がっていただきました。例年、中庭で開催しているのですが、少し残念でしたが、甘い焼き芋を召し上がって、楽しく過ごしていただけたと思っています。

ちなみに、この会で召し上がっていただいたお芋は、ウェルケア伊豆高原で今年育てたお芋のほかに、追加した「紅はるか」というお芋の2種類でした。食べ比べてみると、ウェルケア伊豆高原で育てたお芋は、柔らかな甘みとお芋の香りが広がるほっこりとしたお芋でした。一方、「紅はるか」は、近ごろ流行りとなっている、ねっとりとした食感とまるでお砂糖のように甘いお芋でした。好みは分かれるかと思いますが、実りの秋を皆さんと一緒に分かち合って過ごせた一日でした。



ビデオ鑑賞～伊東秋まつり～

11月12日に、入居者のご家族の方にビデオ鑑賞会を開催していただきました。プロのカメラマンが撮影した伊東秋まつりのビデオでした。このお祭りは、JR伊東駅界隈の古くから開けた地域で開催され、また、お神輿が海に入る全国でも珍しいお祭りです。入居者の方々でも、伊東で暮らされていた方はご存知でした。昨年までは、10月14日・15日に開催されていましたが、今年から10月の体育の日を含む三連休の土日の開催に変更されました。



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。



防災訓練



11月7日に防災訓練を実施しました。毎年11月1日は静岡県社会福祉施設防災の日と定められています。当日は、静岡防災(株)にご協力いただき、初期消火訓練として、訓練用消火器と消火ホースによる放水訓練を実施いたしました。また、火災報知器の仕組み、今回は特に、火災が起きた時に火災報知器関連の機器がどのように連動して働くかを重点的に再確認いたしました。なお、同日、年1回の消防機器の定期点検も実施いたしました。結果は、改善事項はなく、問題ありませんでした。



秋の味覚 ～さつまいも～

めっきり寒くなり、ほくほくのお芋で作る料理やお菓子がおいしい時期になりました。残念ながら、今年ウェルケアで栽培したお芋は少し不作でしたが、とてもおいしかったので、茶巾絞りにしておやつにいただきました。



ところで、生のさつまいもを包丁で切ったときに表面から出る白い液体を知っていますか。



恥ずかしながら栄養士である私は、澱粉だと思っていましたが、違っていたようです。その白い液体の正体は“ヤラピン”というお腹の動きを促進し、便を柔らかくしてくれる成分で、このヤラピンと食物繊維の両方の効果のおかげで、便秘改善効果があるそうです。これから寒くなると、お腹の動きが鈍くなりがちですが、その時はさつまいもの力を借りるのも一つの手ですね。

12月の予定

- 16日(日) コーラス観賞
伊豆高原コーラス
- 20日(木) 三島信用金庫来館
- 22日(土) 移動美容室はしば来館
- 23日(日) クリスマス会

毎週水曜日 こんがりあん移動販売
ナガヤ買物

5日・12日・19日

26日

毎週日曜日 休浴日



編集後記

今年は暖冬という予報が出ています。11月下旬になっても、日中の気温が20℃近くまで上がる日もありました。しかし、やはり季節は冬です。朝晩の冷え込みは日に日に厳しくなっています。日中の気温に油断して、一日の気温差で体調を崩してしまわないよう注意しようと思っています。さて、師走を迎え、クリスマスや年越しの準備、大掃除と、暮れの大仕事が続き、世の中バタバタ慌ただしくなります。忙しくてついつい急いでしまいますが、何事も余裕を持って行動したいと思います。今年の10月以降、伊豆高原界隈で10件近くの交通事故がありました。このあたりは、国道1本しかなく、う回路がありません。1つの事故で大渋滞となり、観光客ばかりでなく、ウェルケアの職員も通勤途上で渋滞に巻き込まれ、始業時間に間に合わなくなることもあります。事故の当事者ばかりか社会への影響が大きいですから、日々の心がけることは大切だと改めて感じました。(M)