



四季の里だより



No.318 2025年10月号

介護老人保健施設 四季の里

新座市北野2-14-8

TEL 048-482-8008

<https://www.shikinosato.jp/>



9月行事の報告

2階では9日(火)に敬老会を行いました。百寿1名、米寿2名、傘寿1名、喜寿1名の5名の方のお祝いとして写真入りの色紙を贈呈し、皆さんの目の前で仕上げに手形をスタンプして完成しました。「節目の記念になりました。」と感想をいただき、記念撮影をしてお祝いしました。

2F



3階では敬老会の第1弾として11日(木)にご長寿レクリエーションを行いました。職員渾身手作りのバランスゲームと相手の陣地に宝物をスプーンですくい入れるゲームで盛り上がりました。そして、第2弾として20日(土)に、卒寿、米寿の2名の方を皆さんで歌を唄い、お祝いしました。いつまでも3F
お元気にお過ごし下さい。



4階では18日(木)に敬老会を行いました。卒寿2名、米寿2名、喜寿1名、古希1名の6名の方のお祝いをしました。職員手作りの写真付きのメダルを贈呈し、入所者の皆さんで「ふるさと」「幸せなら手をたたこう」「上を向いて歩こう」の3曲を歌いました。これからも皆様のご健康とご長寿をお祈りいたします。

4F



《9月 行事食メニュー》

栗入り赤飯
天ぷら盛り合わせ
・海老
・きす
・舞茸
・さつま揚げ
・かき揚げ
柿とほうれん草の白和え
けんちん汁



～敬老の日～



9月15日は敬老の日でした。9月15日時点で、65歳以上の推計人口は3619万人と前年より53人減少しましたが、総人口に占める割合は上昇しており29.4%と過去最高を更新。高齢者割合は1950年には37.1%になると推計されています。男女比は男性が1568万人で全体の26.2%、女性は2051万人で32.4%、75歳以上は2124万人で17.2%を占めるそうです。国連の推計では日本の高齢者割合は人口4000万以上の世界38か国の中で最も高いとのことでした。日本は高齢化が加速している事になります。埼玉県では9月現在100歳以上の県民は3556人と過去最高で、男性458人、女性3098人。人口10万人当たりの100歳以上の人数は48.5人で都道府県別で36年連続で最も少なく、35年連続で100歳以上が増加している結果になりました。埼玉県全体で最高齢は112歳の女性の方でした。ニュースでは敬老の日のお祝いをされていました。おめでとうございます。

～スポーツの日～



今月10月13日は「スポーツの日」ですが、2020年以前までは「体育の日」という名前でした。1964年10月10日、日本で初めてとなる「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1966年から国民の祝日に関する法律に基づき「体育の日」に制定されました。「スポーツに親しみ、健康な心身をつちかう」ことを趣旨として制定された祝日です。そして、2020年から「スポーツの日」という名称に変更されたそうです。四季の里では、オリジナルの集団体操と日曜祝日、入浴日に行われるラジオ体操で体を動かす時間が設けられています。まだ少し早いですが、これから寒くなる季節が来ますので、体も縮こまらないように、しっかり体を動かして寒さに備えましょう。

《11月のお知らせ》

11/6(木)デイケア イベント食
【駅弁シリーズ第③弾～横濱名物 崎陽軒風「シウマイ弁当」】
・俵おにぎり・シウマイ・鶏のから揚げ・魚の照り焼き・玉子焼き
・たけのこの煮物・かまぼこ・漬物・小松菜とえのきの中華和え
・具沢山野菜スープ・選べるデザート(杏仁豆腐・マンゴープリン)
❖あなたの好きな駅弁は？
皆さんお好みの弁当があると思いますが、個数でダントツ日本一売れている弁当、それは崎陽軒の「シウマイ弁当」でしょう！
多くの方に愛されている横濱名物を頑張って真似してみました。
四季さと軒の「シウマイ弁当」をぜひご賞味ください。

11/28(金)国味めぐり【大分】
・ひゅうがが井～温泉玉子を添えて～
・とり天・あいませ・鶏汁(にわとりじる)



お楽しみに♪

❖ひゅうがが井：マグロ遠洋漁業の基地として知られている保戸島郷土料理です。マグロの赤身を、醤油、砂糖、酒、ごま、卵黄などが入った特製のたれにつけ、ごはんの上にのせて丼にしたものです。
❖あいませ：野菜とすった豆腐を和えた料理です。野菜と豆腐の両方に味をつけて混ぜ合わせることからこの名がついたといわれています。

デイケア通信



～敬老会～

デイケアでは、9/20(土)に敬老会を行いました。まず、職員による、『若返りの水』の寸劇を行いました。飲むと若返る泉や霊水にまつわる日本各地の昔話を題材にしたお話です。「若くなりたい」と欲張って水をたくさん飲み過ぎたおばあさんが、赤ちゃんになってしまった場面では大爆笑がおきました！！



その後、古希、喜寿、傘寿、卒寿の方のお祝いとし、職員手作りのフォトカードとコサージュをプレゼントしました。最後に、『長生き音頭』を利用者様と職員で踊り、大いに笑って、楽しんでいただきました。これからも、みんなで明るく楽しい時間を過ごしましょう♪



ご相談ください

介護老人保健施設「四季の里」は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようにお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

- * 入所
- * 短期入所
- * 通所リハビリテーション
- * 訪問リハビリテーション

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。

TEL 048-482-8008 四季の里

