



心も体もあったか特集

秋もいよいよ深まってきました。長寿苑では、お食事を召し上がる直前に盛り付け温かい状態で提供する《つぎこみの日》に10月より『おでん』が登場しました。寒い季節といえば、やっぱりおでんですね～！！おでんの湯気といい香りでホッとします。味の染みた大根と厚揚げ、やわらかく煮込まれた牛すじとさつま揚げの四品の中から好きな二品を選んでいただき、ジャガイモと巾着と一緒にご提供しました。人気第一位は、さつま揚げでした！《カフェの日》では、特製★キャラメルマキアートをたっぷりのクリームとキャラメルソースを添えてホットでご提供しました（^^♪カップにも注目してください！施設長の似顔絵が描かれています。利用者様は、甘い飲み物でリハビリ後のエネルギーチャージをされていましたよ。4階フロアでは、足湯を楽しんでいます。冷えやすい末端を温めるのですぐに体がぼかぼかしてきます。足湯はむくみにも効果があり、利用者様にも気持ちが良いと好評です！！心臓や内臓への負担が少なく、簡単に全身を温めることができるので皆様も試してみてくださいはいかがでしょうか？これからも利用者様にいろんなほっとをお届けしていきます(*^^*)



いろんな秋みつけた

10月といえば皆様は何を思い浮かべますか？十五夜・芋ほり・運動会・紅葉・ハロウィンなどなど…。長寿苑でもいろんな秋を見つけました。通所リハビリの入り口に飾ってある壁アート。今月のテーマはハロウィンです。かわいいかぼちゃの魔法使いとお化けがお出迎えます。利用者様も壁アートの前で満面の笑みです（^^）3階フロアでは、大きな紅葉と旬のサンマが壁に飾られています。サンマがとてもおいしそうです！4階フロアでは、十五夜ともみじをモチーフに貼り絵をされました。紅葉のグラデーションが美しいです。どのフロアも芸術の秋ですね～！次は、スポーツの秋です。2階フロアでは、色分け風船アタックというレクリエーションを行いました。まずは、職員が言った風船の色をアタックします。慣れてくると、ステップアップ。白い風船にみどりと書いてありますが、職員が言う文字の風船をアタックします。これがなかなか難しく、身体の体操と頭の体操を同時に行いました。まだまだご紹介しきれない長寿苑の秋はホームページの最新情報に掲載しております。下記QRコードよりぜひご覧ください（^^）

