

## あすか苑便り

第39

号



丸子 虚空蔵の「秋」のひまわりです！！！！



発行元

地域と共に歩む福祉サービス

あすか苑 デイサービスセンター  
長野県 上田市 前山397番地8

☎ 0268 (39) 2943

## “住み慣れた地域社会で生活し続ける為に…No2”

先月号では、「地域社会において互いに気遣いを示し合う」事が、住み慣れた地域社会で生活し続けていく為の大切な要素の一つと、お話しさせていただきました。今月号でも大切な要素の一つ、お話ししたいと思います。

「自分が手助けしてもらえればありがたい。」と思う事は、大抵、他の人も「ありがたい。」と思う事がほとんどです。そうです、日常生活において自分にとっても助かると思える「小さな手助けを実際に行なって差し上げる」事です。コロナ禍で難しい面もありますが、できる範疇での手助けにより、高齢者の皆様が地域社会で生活し続けていけるよう、支え合ってまいりましょう！

活動状況  
報告

寒気が強くなり、秋から冬へと移って来つつあるようですね。  
まだまだ室内活動中心ですが、  
“秋のあすか苑の活動状況No2”  
について、ご紹介いたします。

石焼きイモならぬ

“炭焼きイモ”

煙が目にしみる！



もぐもぐ…

丸子虚空蔵の  
ひまわり見物

驚きました、「秋」にひまわりとは…！  
でも、こうすると「絵」になりますね。

甘みのあるサツマイモを熱々の“炭焼きイモ”  
にして頂きました。心も体も温まります！

# 2020年11月の主な行事予定

## インフルエンザにもご注意を！No2

空気の乾燥が始まり、コロナウィルスの他、インフルエンザにも  
ご注意いただき、手洗い・うがいの励行をなさって下さい。

### 1 “紅葉巡り” にお出かけします。

塩田の紅葉が更に鮮やかになりましたね。

塩田の山々の美しい紅葉を愛でながら、秋の  
紅葉巡りドライブにお出かけいたします。



写真は、昨年の「紅葉巡り」  
のご様子のお写真です。

### 2 “新蕎麦” を賞味いたしましょう！

11月から、“新蕎麦”が出回り始めま  
したね。外食とはいきませんが、苑の  
昼食に“新蕎麦”を用いて、季節のお  
食事を楽しんでいただこうと企画しております。



写真は、昨年の「新蕎麦賞味巡り」  
のご様子です。

### ※ 機能訓練や体操、軽スポーツを行なっています。

当苑の看護師が機能訓練指導員として、ご利用者様お一人お一人の心身機能の状態を踏まえて、適切な機能訓練を室内にて行なっております。また、ゲーム感覚で楽しくやれるよう、軽スポーツもいたしております。

さあ、*Lets, try sports!*



写真は、秋のスポーツ大会の一環  
「釣りゲーム」のご様子です。

※ 行催事の開催予定は、後日、ご利用者様にご通知申し上げます。

※ 状況によって、開催予定及び内容変更等もございますので、ご了承下さい。