

ペリデ下川原新聞

2026年 10月号

PELIDE



秋の食事

朝夕の風に少しひんやりした空気が混じり、木々の葉もゆっくり色づいてきました。
やわらかな日差しが窓辺を照らして、光がほんのり金色に見える
秋らしい毎日です。そんな季節を食事でも感じていただけるよう、
秋の食材を使った献立をご用意しました。

秋の味覚を気軽に楽しめる、
さつま芋のやさしい甘みを生かした
「さつま芋サラダコッペ」。
きのこのポタージュスープは、
きのこの香りがふわりと立ち上がり、
秋の深まりを感じさせます。



秋に旬を迎える「戻りカツオ」を使用した
かつおのたたき膳は、香ばしく炙ったかつおに薬味を添え、
さっぱりとした味わいが食欲をそそります。
秋の空気とともに、季節の魚を楽しむひとときとなりました。



そして、秋といえば新米の季節。
今しか味わえない特別な美味しさ、
炊きたての静岡産コシヒカリを味わっていただきました。
つやつやと輝く白さ、ふっくらとした粒立ち、噛むほどに
広がる甘みは新米ならではの。
「お米が美味しいね」「香りがいいね」と
いった声も聞かれました。



遠藤先生の123

今回は、タオルを使った体操を中心に行いました。
椅子に座ったまま無理なく参加でき、上半身の運動や
手指の動きにつながることから、毎回好評のプログラムです。

タオルを握るだけでも
指先の運動になり、
皆様自然と手元に
意識が向き、
集中した表情で
取り組まれていました。



先生が投げるお手玉を
タオルでキャッチします。
タオルの上にうまくのった
瞬間には「やったね」と
周囲から温かい声が
上がりました。

11月の予定



芸術祭 ～THE 静岡～

日時：11月1日(日)～9日(月)

テーマは【THE 静岡】。今年は静岡県生誕150年を迎えます。
皆様が一年間取り組まれた作品の展示と合わせて、
静岡の魅力を感じて頂きたいと思います。

外食ツアー

日時：11月5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)

今回は、「のっけ家」さんに行く予定です。

運営懇談会

日時：11月7日(土) 11:00～ 会議室にて

<12月の予定>

クリスマス会

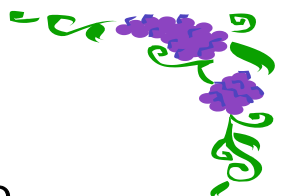
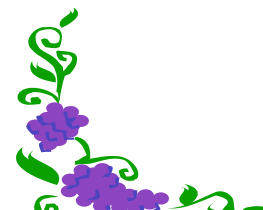


介護付有料老人ホーム / デイサービス / 居宅介護支援事業所

シーサイドヴィラ ペリデ下川原

TEL054(259)1165

<http://www.pelide.jp>





✿ケアネイル

敬老の日特別企画として、外部よりネイリストの方に
お越しいただき、「ご褒美サロン ケアネイル」を行いました。



皆様にお好きな色を選ん
でいただきました。「この色
が好きなの」と、選びひと
ときから楽しそうな雰囲気
が広がっていました。



完成した指先はどれも艶やか
で上品な色合いとなり、手元
が明るくなることで気持ち
も華やいだご様子でした。



✿芸術祭 作品作り



11月の芸術祭に向けて、作品作りが進められています。



緑のお花紙を使って作るのは、
「お茶畑」です。
「少し色を変えてみようか」
など、お話ししながらも
真剣に作業していました。

また、白や赤の紙粘土を使
って「静岡らしいもの」を
作っています。
皆様は何を作っているのか、
楽しみです。
芸術祭に向けた制作は
まだまだ続きます。



✿クラフトクラブ

上品な色合いと細やかな柄で人気のリバティ生地を使って、
今回は【幸せの青い鳥】を作りました。



綿をほぐしながら詰めていく
作業では、「これくらいかな」
「もう少しふっくらさせたいね」
など、隣同士で声を掛け合
いながら進める姿が見られました。



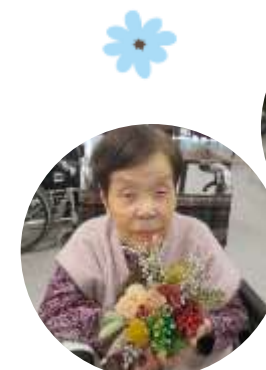
リバティ生地の華やかさと皆様の
工夫が重なり、どの青い鳥も世界に
ひとつだけの愛らしい姿に
仕上がりました。



✿洋子先生のフラワーアレンジ

今月のフラワーアレンジでは、ドライフラワーなどを使用した
リース作りをおこないました。

小さな輪の土台に、花材を少しずつ
重ねていくところから始まります。
花の向きや重なり方によって表情が
変わるため、「ここに少し緑を足すと
落ち着くね」など、洋子先生と相談
しながら進める姿が見られました。



皆様が作成したリースは個性があり、どれも素敵に
仕上がりました。
作品は11月1日から開催する芸術祭で
飾られる予定です。

