

ペリデ下川原新聞

2024年 10月号

PELIDE



秋の訪れ



3階テラスから望む
秋空と富士山

暑かった夏が過ぎ、秋晴れが心地よく感じられます。
収穫の季節でもあり、様々な食材が旬を迎える季節。
ペリデのお食事で、秋を満喫していただいています。



～秋の味覚膳～

秋刀魚や秋茄子、栗、かぼちゃに
さつまいもなど、秋の食材をふんだんに
使った献立です。

「秋を感じられて嬉しいよ」
「この時期ならではの食事だね♪」
と、喜んでいただきました。



～南瓜の蒸しケーキ～



～秋芋パンランチ～

フラワーアレンジ

ロングステイ、月1回のフラワーアレンジの
ご様子です。

季節のお花に直接触れて、ご自分の気持ちのままにアレンジしていただきます。

花の名前に加えて「花言葉」も毎回ご紹介しており、皆様に好評です。



花の色や香りに癒されて…

完成後は、お部屋に飾って楽しんでいただきます。

ロング・デイ

11月の予定



ペリデ シネマミュージアム ～私の好きな映画～

11/2(土)～11/11(月) 見学時間 デイ 14:00～15:00
ロング 13:15～14:00

今年の芸術祭は、「映画」がテーマです。誰でも一度は見たことのある映画や、名場面を
モチーフにした作品を通して、その頃にタイムスリップしていただきたいと思います。

ロング

外食ツアー

11/7(木)・11/14(木)
11/21(木)・11/28(木)

蕎麦屋 神楽

蕎麦の人気店 神楽へ出かける予定です。

運営懇談会

11月2日(土) 11:00～

<12月の予定> ロング・デイ クリスマス会 詳細は決まり次第お伝え致します。



シンガーソングライターのZIL (ジル)さんによる【エンジョイコグニ】のプログラムが始まって、半年以上たちました。コグニサイズに、すっかり慣れたご様子の入居者様は、毎回積極的にご参加いただいています。



ギターを弾いたり、歌いながら行うのはミュージシャンならではの♪

頭と身体を同時に使うことで、楽しく認知症予防をするコグニサイズ。数字や倍数、じゃんけんや歌など様々な要素を取り入れて行い、【少しだけ難しい】のがポイントです。



皆様、最初の頃に比べて、とても上手に、反応も早くなっていて、コグニサイズの効果を感じます！前のめりで集中してやってくださる方が多くいらっしゃいます。



ZILさんは、国立長寿医療研究センターが開発したコグニサイズの実践者研修を修了したペリデ専属講師です。

合言葉は、「完璧にできなくてOK！間違っても大丈夫！」です。今後も楽しく続けていきましょう♪

デイサービス充実の100分間リハビリのうちのひとつ、歩行訓練のご様子です。涼しく爽やかな日も増え、ご利用者様は積極的に遊歩道に出ています。



アキレス腱のばし、つま先立ち、片足立ちなどの応用歩行を取り入れています。バランス能力の向上やむくみ・つまずき予防などの効果が期待できます。



機能訓練士 松本

毎月行っている体力測定の結果から、今年の記録的な暑さが、ご利用者様の運動量に影響を与えたことがわかりました。涼しくなってきた今こそ、身体を動かすチャンスです、一緒に頑張っていきましょう！

卓上レク

～キャップ山積みゲーム～

今回は金貨に見立てたキャップを、たくさん積み上げて、数を競っていただきました。



指先の動きなどに効果的な卓上レク。皆様の集中力に、スタッフも毎回驚いています。



高得点の方を発表させていただきました。



手芸クラブ

敬老会にて、表彰された方々に贈った【フラワーポット】は、大変好評でした♡



表彰に花を添える、素敵な贈り物となりました。手芸クラブのご利用者様、心を込めて作っていただきありがとうございました。



ペリデシネマミュージアム 作品作り

11月の芸術祭 ペリデシネマミュージアムに向けて、作品作りを行っています。今年のテーマは、「映画」です。思い出の映画に思いをはせながら取り組んでいただいています。



ロングステイとデイサービスの合同作品も、見どころの一つ。ご利用者様に集まっていただき、一緒に作業を進めます。

大きな作品に関わる達成感を、皆様に感じていただきたいと思います。