

9
September
2025

大樹 通りハだより

～ナーシングホーム大樹 通所リハビリテーション～



今月の1枚
【玉流しゲームに挑戦！】

今月のひとこと 担当：藤井

皆さんこんにちは！
ナーシングホーム大樹 通所リハビリテーション（通りハ）です。
暦の上では、秋です！最近では鈴虫たちがステキな音色を奏でています。それでも日中の暑さは8月に負けにくいぐらいです。朝晩がほんの少し気温が下がる日もありますのでエアコンのタイマー機能などを活用しながらカゼをひかないように注意していきましょう。さて今月号では、日々のレクリエーションや8月に行った「うらじゃ」や「夏祭り」の様子をお届けします。Instagramには、動画を投稿しておりますので、裏面右下のQRコードからご覧ください。

うらじゃを鑑賞



ボランティアで、うらじゃ連「鬼sai/きさい」の皆さまにお越しいただき、迫力満点の演舞を披露してくださいました。鬼saiの皆さんは、総社市阿曾地区を中心に活動されている「うらじゃ」の団体です。終盤では、うらじゃ音頭を一緒に踊りとても楽しい一日となりました。踊り子の皆さん、本当にありがとうございました！

鬼saiの皆さん登場！



★また来てね★



うらじゃ音頭♪

園芸ニュース&新たな仲間

今月は農園をきれいに保つため、夏野菜のトマトとお別れをしました。暑さに負けず、さつまいもは元気に成長しています。そんな中、大樹に新しい仲間、メダカがやってきました！大樹デイケアの玄関で、気持ちよさそうに泳いでいます。水槽には、卵を抱えたメダカもいるので、もしかしたら新しい命が誕生するかもしれません。これから、メダカたちがどんどん大きくなっていくのが楽しみです。



↓トマトとお別れ

↓さつまいも



新たな仲間が増えました♪

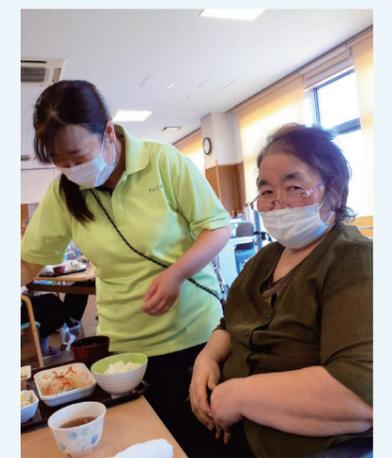


職員紹介



氏名：わたなべ しょうこ 渡邊 祥子
血液型：A型
出身地：岡山県岡山市
特技：ピアノ、卓球
趣味：音楽鑑賞
好きな言葉：初心忘るべからず
メッセージ：よろしくお願ひします。

職種
介護士



スイカ割り体験



ご利用者様から大きなスイカを頂いたので、スイカ割りを体験しました。二重のマスクで、目隠しをして、周りの声だけを頼りに棒を振り下ろします。「もっと右!」「左じゃ〜」「そのまままっすぐ!」と大きな声で応援が飛び交い、会場は大盛り上がり! 徐々にスイカに亀裂が入っていきます。最後は、職員が食べやすい大きさに切っておやつのに提供しました。

全く見えない!!



右! もっと右よ〜



通りハ夏祭りを開催

通りハ夏祭りを開催しました! 最初に行った「くじ引きレク」では、職員が持ったボックスから、皆さんには好きな数字を引いていただきます。その後、ガラガラ抽選を行い、抽選で出た番号順に、プレゼントをお渡ししました。景品は、タオルやハンカチ、靴下、ポーチなど、日々の生活で役立つものがたくさん! プレゼントを受け取った皆さんからは、「これは使えるわ!」と喜びの声が上がり、大変好評でした。その後のフルーツバイキングでは、噴水サイダーを行い、ケーキやフルーツを召し上がっていただきました。皆さん笑顔で楽しんでいただけたようです♪

景品をご準備しました♪



法被を着て準備万端!



▲いただいた大きなスイカ



▲皆さまといただきました♪

8/4
月曜日

アジフライ



- ・ご飯
- ・アジフライ
- ・付合(人参、菜の花)
- ・ウインナーソーテー
- ・すまし汁
- ・梅びしお
- ・フルーツ(黄桃)

アジには、私たちの健康に役立つ栄養素が豊富に含まれています。まず、筋肉や皮膚、髪の毛のもととなり、体力づくりにも役立つ良質なたんぱく質がたっぷり。また、血液をサラサラにして脳の働きをサポートするEPAやDHA、骨の健康に欠かせないビタミンDも含まれています。その他にも、疲労回復を助けるビタミンB群や、貧血予防に役立つ鉄分など、身体の機能を支える栄養素がたくさん詰まっています。アジをフライにして食べる際は、栄養バランスが偏らないよう、野菜も一緒に摂取するように心がけましょう。

8/8
金曜日

夏野菜カレーライス



- ・夏野菜カレーライス
- ・福神漬け
- ・ツナサラダ
- ・冬瓜の炒め煮
- ・オレンジゼリー

カレーに使われるスパイスには、体温を下げたり、胃腸の働きを促進したりする効果があるため、夏にぴったりのメニューです。また、夏野菜には体温を内側から下げる水分やカリウム、不足しがちなビタミンなどがたっぷり含まれています。そのため、ナスやかぼちゃなどの夏野菜が入ったカレーは、夏バテ予防にもってこいなメニューです。夏野菜をたくさん食べて暑い夏を元気に乗り切りましょう。

ボランティアのお願いとお知らせ

レクリエーション(14時~14時半頃)のボランティアをしてくださる方を募集しています。ご利用様が楽しめる内容であれば、楽器、手品、脳トレ、紙芝居、、、など内容は問いません。まずは、お気軽にお声かけ下さい。皆さまの参加を心よりお待ちしております。

お問い合わせ

住所: 〒719-1105 岡山県総社市黒尾232
ナーシングホーム大樹 通所リハビリテーション
☎0866-90-1210 (通りハ直通)

各種SNS

各種SNSでは、レクリエーションの様子を動画で見ることができます。
大樹WEB インスタグラム
今後の投稿もお楽しみに!



フォローしてね!