

令和7年
11月号



太陽の都 だより

発行所 ●医療法人社団 博栄会 介護老人保健施設「太陽の都」 〒115-0051 東京都北区浮間 2-1-13 TEL03-3558-8881 FAX 03-3558-8831

責任者 右近

日常の「様子」

秋も深まって紅葉の時期となり、利用者様と季節の話題を話す機会も増えています。先日はこちらのモクセイの香りについて話し「とても素敵な香りですね」と笑顔で話されていました。普段、なかなか外出できない利用者様もいらっしやいますので、季節を感じて頂くとうとフロアにイチヨウの天井飾りや、栗やもみじの折り紙などを壁に貼り秋の雰囲気を作っています。また、利用者様と一緒に、模造紙に富士の紅葉に見立てた「ちぎり絵」なども作成いたしました。これから益々朝晩の冷え込みも強くなりますので、利用者様が体調を崩されないように健康管理に努めてまいります。御家族様もどうぞお気をつけください。御利用者様同様に職員も健康管理はしっかりしていきたいと思っております。来月は当施設の冬の恒例行事となる「クリスマス会」を開催予定です。メンバーは開催に向けてすでに練習を開始しております。楽しみにお待ちしております！



特集

☆紅葉狩り・秋の味覚

紅葉を鑑賞する習慣は奈良時代から始まったと言われ、「万葉集」にも登場しているそうです。平安時代には貴族の間で広まり、その後、江戸時代には庶民も楽しむようになり季節の行事として定着していったそうです。

ところで、紅葉を鑑賞するのに「紅葉（もみじ）狩り」というのはなぜか皆さんご存知でしょうか？「狩る」とは通常獣を捕まえるということですが、花や草木を探し求めるという意味もあるそうです。果物を採る場合にも使われます。（いちご狩りやぶどう狩り等）しかし、採集するわけでもなく、紅葉を鑑賞するのに「紅葉狩り」というのは、狩猟を好まない貴族が自然を鑑賞することを狩りに例えたと言われていますが、定かではありません。また、元々は紅葉を集めて楽しんでいたものが、眺めることに変わっていったという説もあるそうです。

いずれにしても限られた期間でしか楽しむことのできない紅葉狩り、せっかくですから存分に楽しみたいですね。

また、秋と言えば「味覚の秋」ですね。秋刀魚やサツマイモ、キノコ類、ぶどうや柿も忘れてはいけません。「味覚の秋」は、秋の訪れとともに様々な食材が実り、特に美味しくなることから名付けられています。この時期は、果物、魚、野菜、きのこ類など、栄養価が高く、味わい深い食材が豊富に揃います。秋は「食欲の秋」とも呼ばれ、食べ物の美味しさを楽しむ絶好の機会です。

秋の味覚を楽しむためには、旬の食材を使った料理を作ることが一番です。例えば、炊き込みご飯や煮物、スープなど、秋の食材をふんだんに使った料理は、家庭で簡単に楽しむことができます。このように、「味覚の秋」は、自然の恵みを存分に楽しむことができる季節であり、食材の美味しさを堪能する絶好の機会です。



博栄会グループニュース

☆Instagramアカウント開設

太陽の都では、ご利用者様のご家族様や、普段はご面会に来ることのできない親族の方々に、施設での生活の様子や開催しているイベントの内容なども定期的に更新して掲載していきますので、ぜひご覧になって頂ければと思います。

また、介護についての疑問点や、体操などについても情報提供していきたいと考えております。気になる事や疑問点などがあれば、Instagram上でも構いませんのでメッセージをお待ちしております！

系列施設の東京シニアケアセンター赤羽でもInstagramアカウントを開設しましたので、併せてお楽しみください！

