



【キンモクセイ】

涼しい日が増えました

新聞かずさ

10月号

発行年月日
令和8年10月1日

発行責任者
園長

編集者
生活相談員

9月は雨の日が多く、すっかりしない天気が続きましたが、少しずつ朝晩の涼しさが感じられるようになり、秋の訪れを感じる季節となりました。二十四節気では「寒露（かんろ）」を迎え、秋が深まり、朝晩の冷え込みが増していく頃とされています。季節の変わり目ですので、体調管理に気をつけて過ごしていきたいでしょう。

10月の祝日には「スポーツの日」があります。この日はスポーツに親しみ、健康で

活力ある生活を願う日です。秋は「スポーツの秋」ともいわれ、体を動かすには過ぎしやすい季節です。上総園でも、毎朝ラジオ体操を流していますので、みなさんも無理のない範囲で体を動かしてみてください。

さて、今月号の新聞かずさでは、長寿のお祝いやスイカ割の様子、皆さんと作成した作品のご紹介をしております。ぜひ最後までご覧ください。





長寿のお祝い



70 77 80 88 90 99 100

古希 喜寿 傘寿 米寿 卒寿 白寿 百寿



上総園では、古希（70歳）の方が1名、喜寿（77歳）の方が5名、傘寿（80歳）の方が5名、米寿（88歳）の方が3名、卒寿（90歳）の方が14名、白寿（99歳）の方が6名、めでたく長寿の節目を迎えられました。皆さまには、お祝いの品としてタオルをお贈りいたしました。また、昼食にはご入居者の皆さま全員に「敬老祝い膳」をご用意し、和やかに敬老のお祝いをいたしました。



皆さまの長寿を
心よりお祝い
申し上げます





上総園のショートステイでは、皆さまへのリハビリとアクティビティ（余暇活動）のひとつとして、作業療法に取り組んでいます。
ご利用者の皆様と作業療法士（OT）による共同作品は、B館2階2丁目に展示しております。
皆さまも、ぜひご覧ください。



9月だけどまだまだ夏気分！
みんなでスイカ割りを行いました 🍉

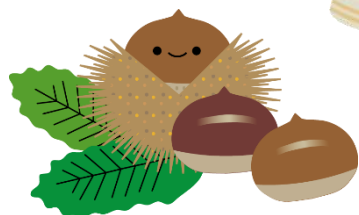




厨房便り



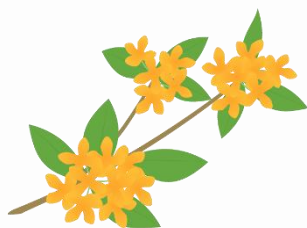
台風の影響もあり、秋の長雨がが続いています。朝晩と日中の寒暖差が大きくなりますので、体調管理に気を付けましょう。10月は12日に「栗ごはん」とご用意します。また、8月の面料理が好評だったので、23日に「きつねそば」を予定しています。31日はハロウィーンにちなんで「南瓜プリン」をご用意します。どうぞ楽しみにしてください。



十月の予定

※感染症予防のため、一部の行事やボランティアの受付を休止しています。

一日(木)	歯科訪問診療
五日(月)	理髪(A館)
三日(火)	理髪(B館)
一五日(木)	歯科訪問診療
一九日(月)	理髪(A館)
二〇日(火)	理髪(B館)
二二日(木)	歯科訪問診療
二六日(月)	理髪(A館)
二七日(火)	理髪(B館)
三〇日(金)	報告会
	精神科医師往診



上総園の情報はホームページからご覧いただけます。

<http://www.kazusaen.jp>

上総園

検索

