

# 秋の空を見上げて

色づいた木々と澄んだ空気が  
気持ちいいですね



2021♡11

## やったぜ! リハビリ最前線

### お風呂のお悩み、解消します!!

『お風呂が大好き!』『三度のご飯より楽しみ!!』  
寒くなるこれからの季節、ゆっくり湯船に浸かり温まる…  
そんな至福の時間は最高ですよ!



でも、こんなお悩みありませんか?

立ったり座ったりが大変だし…

それに、浴槽の出入りが怖い…

手が届かなくて靴下がうまく履けないし…



後ろからついて介助しますね。ゆっくり行きましょう!



ここに捕まって立ちましょう。お手伝いしますね。



足をこうやって組めますか? 難しい時は道具を紹介しますね。

リラコートは、入浴場面にリハビリスタッフが一緒にいます。  
安心して入浴できるように、介護士と共に全力でサポート!

## ケアコンシェルジュレター

11月は毎年恒例の文化祭とおでんLIVEを6日土曜日に開催します。  
また、文化週間として、1日~6日まで、皆さまの作品をゲストルームに展示させていただきます。20日のイベントでは、リラマーケット&Big Soundsによる演奏を予定しております。  
これから冬の時期を迎え、ストーブをつけることが増えてきます。  
外出をされる際は消し忘れに注意しお出かけください。  
皆様の元気な姿をお待ちしております。



阿部ケアワーカー 主任



渡邊事務員



長崎ケアワーカー

## 吉川短歌

木々たちもすっかり衣替えてですね。  
近づく冬に向けて寒さ対策もしっかりとですね。

喜多見 香代子様

木の葉を木々といと寒かろうに

地一面の 赤紅葉

見渡せば



## 今月のうた

今月のうたは「里の秋」と「ふるさと」です。秋の深まりを感じながら歌いましょう。

## 行事等における特別食のご案内

★ 1,530円

★ 1,130円

星マークの表示がされているメニューは特別料金でのご提供となりますのでご確認ください。

月 Monday 火 Tuesday 水 Wednesday 木 Thursday 金 Friday 土 Saturday

1 木の葉舞う霜月  
● 手芸  
● ゲーム&トレーニング

吹き寄せの霜月御膳

- 身体活性化教室
- スカットボール
- 太田先生の藤細工
- 麻雀

2 阪神タイガースの日  
● 手芸  
● ゲーム&トレーニング

味の甲子園豚の生姜焼

- 身体活性化教室
- 中国気功体操
- 麻雀
- テーブルゲーム

3 文化の日  
● 手芸  
● ゲーム&トレーニング

日本の食文化「お造り」菊華御膳

- 身体活性化教室
- 書道教室 ● 民トレ
- 山形プロのビリヤード教室
- ヨガ体操

4 ユネスコ憲章記念日  
● 手芸  
● ゲーム&トレーニング

「愛」は地球を救う!! まーいれオムライス

- 身体活性化教室
- リハビリゲーム ● パソコン教室
- スクラッチアート
- レジンで作ろう

5 いいりんごの日  
● 手芸  
● ゲーム&トレーニング

北の味「鮭・イクラ・蟹」積丹御膳

- 身体活性化教室
- ロコモトレーニング
- カラオケ
- 麻雀

6 お見合い記念日  
● 手芸  
● ゲーム&トレーニング

★ ハッピーサタデー文化祭 & おでんLIVE

♡ Feelings are always luxuries ♡

医療法人愛全会  
介護老人保健施設

リラコートの愛全

ご見学・体験利用・短時間サービスは、下記までご相談ください。

☎(011)572-0252

〒005-0813 札幌市南区川沿13条2丁目4番45号



すべての出会いに感謝と幸せを  
愛全会グループ

♥ Feelings are always luxuries ♥

医療法人愛全会  
介護老人保健施設

# めらこーん愛全

☎(011)572-0252

## ハッピーサタデー

### 文化祭 & おでんLIVE

11/6 SAT

おでんの後は  
阿部先生の音楽教室♪

熱々のおでんを食べ  
心も体もポカポカに!



## Beautiful Saturday

### リラマーケット & Big Sounds

11/20 SAT

南区を中心に  
活動している  
地元のバンドグループの演奏  
をお楽しみください!



秋の旬な食材や漬物を  
ご用意させていただきます!



## 村中川柳



自粛してあつという間に時過ぎる

当たるかな? 今年の初雪予想する

松村 糧輔様

新谷 重夫様



月 Monday 火 Tuesday 水 Wednesday 木 Thursday 金 Friday 土 Saturday

<p><b>8</b> いいお肌の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>身体が喜ぶ 牛スジの赤ワイン煮</b></p> <p>●身体活性化教室 ●スカットボール ●太田先生の籐細工 ●麻雀</p>	<p><b>9</b> 119番の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>アツアツ鍋の季節 鱈ちり鍋</b></p> <p>●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●絵手紙教室 ●麻雀</p>	<p><b>10</b> いい音・オルゴールの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>五感に響く おもてなし御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●みんトレ ●山形プロのビリヤード教室 ●ピラティス体操</p>	<p><b>11</b> 介護の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>「心」と「手」のぬくもり ハートフル愛全御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●絵手紙教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●DIY倶楽部</p>	<p><b>12</b> 洋服記念日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>衣が勝負 ミックスフライ</b></p> <p>●身体活性化教室 ●DJトニーのステップ講座 ●麻雀 ●テーブルゲーム</p>	<p><b>13</b> うるしの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>Happy Birthday お祝い御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●ロッキー先生といきいき健康塾 ●書道教室 ●パソコン教室 ●シネマパラダイス</p>
--	--	--	---	---	--

<p><b>15</b> 昆布の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>愛彩健美</b></p> <p>●身体活性化教室 ●太田先生の籐細工 ●阿部先生の音楽教室 ●麻雀</p>	<p><b>16</b> 幼稚園記念日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>にぎやか リラコートカレー</b></p> <p>●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●麻雀 ●レジンで作ろう</p>	<p><b>17</b> 将棋の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>味の一手 天婦羅盛り合わせ</b></p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●みんトレ ●山形プロのビリヤード教室 ●ヨガ体操</p>	<p><b>18</b> 森とふるさとの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>初冬の香り 美彩丼御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●絵手紙教室 ●リハビリゲーム ●栄養講話 ●パソコン教室 ●スクラッチアート</p>	<p><b>19</b> 農協記念日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>大地の恵み 牛肉と冬野菜のステーキ</b></p> <p>●身体活性化教室 ●ロコモトレーニング ●カラオケ ●脳活性化教室</p>	<p><b>20</b> ピザの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>Beautiful Saturday</b> <b>リラマーケット &amp; Big Sounds</b></p>
--	---	--	--	--	---

<p><b>22</b> いい夫婦の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>愛ちゃん・全ちゃん 豊穣御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●スカットボール ●太田先生の籐細工 ●麻雀</p>	<p><b>23</b> 勤労感謝の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>収穫の時 鮎くわ焼稲穂を添えて</b></p> <p>●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●麻雀 ●レジンで作ろう</p>	<p><b>24</b> 鯉節の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>Happy Birthday お祝い御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●みんトレ ●山形プロのビリヤード教室 ●ピラティス体操</p>	<p><b>25</b> 金髪の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>ぷくらジューシーハンバーグ</b></p> <p>●身体活性化教室 ●絵手紙教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●DIY倶楽部</p>	<p><b>26</b> いいチームの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>脂ののった 鯖の味噌煮</b></p> <p>●身体活性化教室 ●DJトニーのステップ講座 ●麻雀 ●テーブルゲーム</p>	<p><b>27</b> ノーベル賞制定記念日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>料理のスペシャリスト 錦織吹き寄せ焼八寸</b></p> <p>●身体活性化教室 ●パソコン教室 ●カラオケ ●書道教室 ●シネマパラダイス</p>
--	---	--	--	--	---

**ニコちゃんマークのご案内**

ニコちゃんマークのついている活動につきましては、事前のお申込みが必要となります。

- レジンで作ろう
- DIY倶楽部

<p><b>29</b> いい肉の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>牛・豚・鶏 肉三昧御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●太田先生の籐細工 ●麻雀 ●スカットボール</p>	<p><b>30</b> シルバーラブの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&amp;トレーニング</p> <p><b>銀鯉・銀鮭が旬 敬愛御膳</b></p> <p>●身体活性化教室 ●絵手紙教室 ●中国気功体操 ●麻雀</p>
--	--

**文化週間**  
11月1日(月)~11月6日(土)

皆様が趣味活動にて制作された作品を  
ゲートルームに展示させていただきます!!

**皆様御存知ですか? Vol.3**

文化の日の意味を皆様ご存知でしょうか? 日本国憲法が平和と文化を大切にするという意味を込めて『自由と平和を愛し、文化をすすめる』となったそうです。皆さまの素敵な作品を展示させて頂き文化週間を一緒に楽しみたいと思います!