



吹く風もさわやかな秋晴れの空に赤とんぼが群れ飛ぶ季節となりました。芸術の秋・スポーツの秋とありますが、個人的には味覚の秋ですね♡ ツヤツヤの新米はやっぱりんまいね〜♪

## 立山町に 生息している 野生動物たち

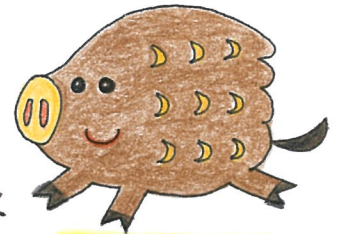
動物園でこれらの動物たちに会うととてもかわいくいとおしく感じられますが、当然野生でも生息しています。

ツキノワグマ



ニホンザル

イノシシ



普段は山に住んでいますが、たまに里に下りてきて、農作物を荒らしたり、人を襲ったりと私たちの生活が脅かされることもあります。

一方、個体数が減って絶滅が危惧されている動物もいます。でもこれらの野生動物たちも、きとした立山町の住民。うまく人間との共存を図ってお互い平穏に暮らしていきたいですね。

オコジョ



タヌキ



ライチョウ

# 9月行事紹介

## 〈ハロウィン手芸〉

### 〈敬労の日〉

皆さんで黒猫のまほうつかいの飾りを作りました

“敬労の日 特別御膳”  
赤飯・天ぷら盛り合わせ・そば  
紅白なますにメッセージカード付き!



### 〈収穫祭〉

夏祭りに続き第2弾として  
秋祭りを開催!

ノンアルコールビールで  
かんぱーい!!



ゴッフおもたてさん!



そらいっしょ!

ゲームコーナーも大盛況  
パチンコ、ゴルフ、射的  
ゲームで遊びました



ねら〜  
ねら〜...



皆さん童心にかえり。  
「当たったー!」「はずれたー!」と  
おおはしゃぎ!  
景品もいっぱい  
持ち帰られました

# <風の会さんによるおわら舞>



四季踊り、夫婦踊りを披露していただきました〜うとり〜♡



皆さんで輪になり総踊りもしました。



# <100円均一のセリアへ買い物>

たくさんの商品に圧倒されていました。  
「これ値札ないけどいくら?」全部100円です。  
「えー!?!」



# <第7回カラオケ大会>

ここに幸ありよ  
リンゴの唄よ  
宗右衛門町ガルスよ  
河内おとこ節よ



結果発表...  
優勝!!(2回連続)  
やったー!!



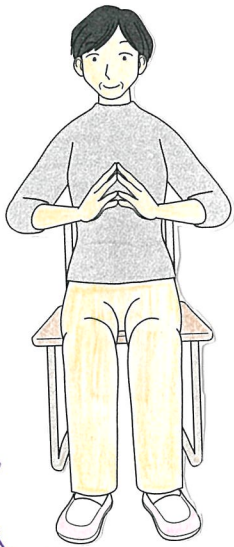
歌い手さんも  
応援の方も  
皆さん一生懸命  
がんばりました!



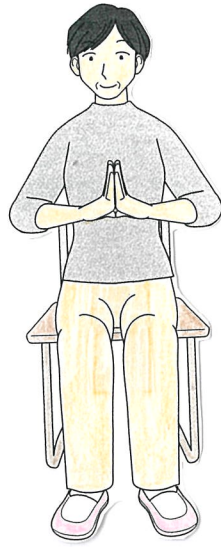
# 家でできるちよこ、と運動

# 指くらまんじゅう

朝晩の冷え込みも厳しくなってきた。手先が冷たく動きづらくなってくることも。そんな時は両手の指だけを“ギュ〜ッ”と押し合わせましょう。



4~8回  
繰り返しましょう



## ⚠️ 注意

手のひらを合わせるのではなく、“指だけ”を合わせましょう。

## ✿ アドバイス

慣れてきた人は指先を合わせたまま、少し肘を上げましょう。刺激がより強くなります。

# お知らせ

★ 昼と夜の寒暖差が日増しに大きくなってきました。室内で習織ったり、脱いだりできる、衣服でしたら気軽に体温調整できますね。その際衣服にも必ず名前を記入して下さい。いつも着ている服でも一度自分の手から離れてしまうと、誰のものかわからなくなってしまう方がおられます。行き場を失ったかわいそうな服やスカーフが毎年出現しています。宜しくお願い致します。

## 株式会社 ケアサポートコウセイ



デイサービス

# 宮路やまの湯

〒930-1367 立山町宮路34-1

TEL 076-483-4384

FAX 076-483-4385 担当 竹内

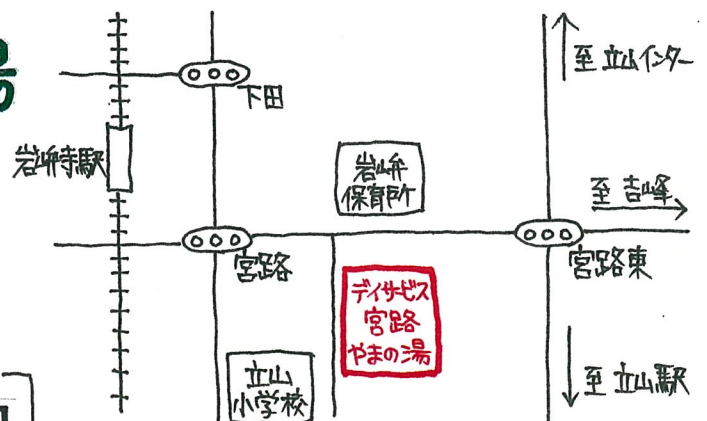
宮路やまの湯ホームページ

<http://384yamanoyu.jp/>

最新情報やスタッフブログ  
随時更新中です



介護相談・施設見学無料!体験随時受付中!!



お気軽にお問い合わせください  
お待ちしております!