



社会福祉法人 こうほうえん
新砂ライフ
【101号】

2024年
10月

「新砂ライフ」 社会福祉法人 こうほうえん 通信 第101号 2024年 10月

発行=新砂こうほうえん 〒136-0075 東京都江東区新砂3-3-11 (代表TEL 03-5677-1331)

1階・2階	保育園	(TEL 03-5677-1332)	病後児保育室おひさま	(TEL 03-5677-1725)
3階	多機能ホーム新砂	(TEL 03-5677-1333)		
3階	シルバーステイ	(TEL 03-5677-1337)	4階 グループホーム新砂	(TEL 03-5677-1336)



もうすぐ運動会！！

10月19日（土）は運動会です。（場所：南砂少年野球場 雨天時：26日）

今年のスローガンは『こころひとつにワンチーム！』です。のびのびと体を動かすことを楽しんでいる子どもたち。「ドキドキするね～」「お家の人が観に来てくれる！」と、運動会を楽しみにしながら、かけっこやリレー、鉄棒や跳び箱など、張り切って取り組んでいます。



3歳児・遊戯『スマイル』



4歳児・パラバルーン『ツバメ』



5歳児・組体操
『友よ～この先ずっと・・・』



異年齢競技『大玉おくり』

みんなで楽しいランチルーム

9月より、ランチルームをオープンしました♪
子どもたちは好きなところでお友だちとおしゃべりしながら食事を楽しんでいます。



クローバーだより



～ 子育て支援 「ほかほかひろば」からご案内 ～



ほかほかひろばを ご紹介します

9月26日 親子で保育体験（0歳児クラス）



保育園のお友だちと一緒に外の風にあたり、絵本見たりして過ごしました。離乳食もバクバク、ゴックン。いい顔でした。

10月3日 親子で保育体験（1歳児クラス）



園庭で体を動かした後は仲良くお給食の時間♪
「いただきます！」と美味しそうに食べていました。



10・11月の予定



10月31日 ハロウィングッズを作って遊ぼう

可愛いハロウィングッズと一緒に作りませんか？
制作が苦手な方でも簡単に作ることができます。
小さなお子さまの参加も大歓迎です。

11月 9日・21日 親子で保育体験

親子で保育体験をしてみませんか？希望により給食（離乳食）を食べることもできます。

28日 親子で楽しむ手形・足型アート

子どもの手形や足形で素敵なアート作品を作りませんか？制作が苦手な方でも簡単に作ることができます。

（要予約）新砂保育園 03-5677-1332

TEL受付時間 月～金 9:00～17:00

グループホーム新砂 より

秋らしく涼しい風が吹いてきましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。
今月はイベントが盛りだくさんでした。その様子を紹介します！

～秋季コンサート～

音楽大学の学生さんに来てもらい秋季コンサートを開催しました！
馴染みのある曲から馴染みのないクラシックの音楽など、さまざまなジャンルを演奏してくれました。
フルート・ホルン・ファゴット・クラリネットで編成された木管4重奏の少人数ならではの美しい音色が聞けました。

それぞれの楽器紹介



歌詞を見ながら
みんなで合唱！！



みんなで集合写真
はいっチーズ！



ピアノに
合わせて合唱♪



～音楽健康体操～

音楽健康指導・口腔機能指導員の講師に来てもらい
音楽に合わせて、みんなで運動をしました！
今回は地域の皆様にもご参加頂き、体操だけでなく、
クイズの答えをみんなで考えたり、歌を歌ったりして
心も身体もリフレッシュされました♪



～敬老の日～

お祝い御膳と手作りカードで日頃の感謝をお伝えしました！
保育の子たちもプレゼントをもって遊びに来てくれ、
合唱や握手・肩たたき・スイカ割など賑やかな空間になり、みなさん笑顔が溢れました！



多機能ホーム新砂より

多機能ホームでは、9月中旬に江戸川区、葛西のなぎさ公園に2023年11月オープンした魔法の文学館へ外出レクで利用者様と出かけました。こちらの施設は、代表作に「魔女の宅急便」「おばけのアッチ」等がある角野栄子さんが館長をされている場所です。館内の児童書を自ら選ばれたそうで、本好きには堪らない空間でした。トレードカラーのピンク色の館内は角野さんの仕事着のワンピースやデスクの展示、黒猫シアターという10分程度の参加型アニメーションがあって観覧し、又カフェも併設ありで、おやつにイチゴプリンを堪能しました。皆様日常から離れ、大満足な1日になりました。施設外にはポニー（馬）もいます。運が良ければ見る事が出来るかも？



シルバーステイ新砂より

恐ろしい酷暑の夏が過ぎ、ようやく朝晩涼しくなってきましたね。
過ごしやすい秋は何を楽しみましょうか？ 読書の秋？ 芸術の秋？ やはり食欲の秋ですよ！
美味しい果物や野菜がお店に並ぶ季節ですが、暴飲暴食は禁物です。

今回は「**逆流性食道炎**」についてお話します。

その名の通り、胃酸等が逆流して食道に炎症を起こす症状をいいます。

体力・筋力が衰えてきた高齢者によく起こりますが、近年では若い人でも発症するようになり、年齢を問わず増加しているといえます。

主な原因は ・加齢による筋力低下 ・猫背など姿勢の悪化 ・肥満 ・お酒の飲みすぎ ・早食い ・食べ過ぎ ・喫煙 ・食べてすぐ横になる ・脂っこい食べ物が好き ・ストレス など…

主な症状は ・胸やけがする ・酸っぱい物が上がってくる ・食後に胸やみぞおちあたりが痛い

直ぐに命にかかわる悪性の病気ではありませんが、不快な症状から生活の質が低下していき、そのまま放置していると、食道がんや誤嚥性肺炎を起こしてしまいかねません。

ゆっくり食事をする、腹八分目を心掛けるなど、ほんの少し生活習慣を改善する事で防ぐ事が出来る病気ですので、食欲の秋の今！ご自身の生活を見直してみてくださいね。

★10月26日（土）11:00～14:00

当苑3階4階合同で「秋祭り」を開催致します。

屋台のゲームにお食事に🍷の出し物！

お気軽に是非遊びにいらして下さいね。

