

10月に入り冷え込む日が続いています。札幌市内では山が色づききれいな姿を見せてくれています。先日は雪が積もったところも!? 空気の乾燥も気になる季節。しっかりと湿度・温度管理をして風邪予防をこころがけましょう。すこやか苑西野ではそんな寒さも吹き飛ばす、毎年恒例の大運動会を開催しました!

10月10日 すこやか苑西野 大運動会

今年の紅組大將は蝦名茂男さん
白組大將は鈴木マサコさんです。
選手宣誓! けがのないように
一生懸命がんばります!

プログラム1 ストローでゴムわたし



ストローを口にくわえ、輪ゴムを渡していくゲームです! 意外と難しいようで皆様真剣な表情!

プログラム2 ボールわたし



ボールを両手に持ち、ボールを渡していきます。こちらは皆様慣れた手つき! スムーズにボールが運ばれていきました。

プログラム3 輪投げ



ペットボトルを棒に見立て、3本の輪を棒に入れます。これ、なかなか難しかったようで入る人が少ない中、宮越雅子さんがパーフェクト!!! 3本全部入りました。

お見事!!
パーフェクト!

すこやか カフェ

10月3日、すこやか苑の畑で採れたジャガイモを使っていもちを作りました。ジャガイモの皮を向き、茹でて潰して丸めて。大きなホットプレートにバターを敷いて焼き、会長お手製みたらしタレをかけて照りよく仕上がりました! 皆さん美味しそうに召し上がってましたよー!!



プログラム4 ボーリング

10本のペットボトルをピンに見立ててボーリング! なかなか難しいようで、残念ながらパーフェクトは出ませんでした。



プログラム5 玉入れ

今年は皆さんの輪の中に椅子を置いてバケツを置いたので低めの玉入れ・・・制限時間1分でしたが30秒を待たずに両チームともバケツに全部入ってしまいすぐに終了! 急遽制限時間を15秒にして、競技再開! 結果はなんと1個差で白組の勝ちでした!!



競技終了!

今年は白組の勝ちでした! 体を動かしてとても気持ちの良い時間をすごせました。

運動会のあとは...秋のスペシャルメニュー

- ・ちらし寿司
- ・豚汁
- ・鮭の西京焼き
- ・大根の関東煮
- ・香の物
- ・柿



今月の川柳
若さ違う
すこやか苑の
運動会
入江 俊三



新しい入居者様ご紹介

小林 タカ様

西区にて、22歳で結婚し、4人の子供たちに恵まれ、今日まで70年。特技である手芸を活かして、着物の仕立仕事などをしていました。先日タカさんが作ってくれたかわいらしいぬいぐるみを、よさこいを披露してくれた園児たちにプレゼントしました。

11月のお誕生日

- 1日 奥富 陽子様
- 10日 湯浅 けさ子様
- 19日 宮越 雅子様
- 21日 西原 歳幸様

