



2025 年 10 月号 NO.80

発行所

NPO 法人 おいなんよ

長野県飯田市桜町 1-9-1

Tel 0265 (23) 1803

Fax 0265 (48) 5803

URL <https://oinanyo.com>

[oinanyo-15@bz04.plala.or.jp](mailto:oinanyo-15@bz04.plala.or.jp)

## まつお

体験バルーンアートでは、1本ずつ風船を頂き可愛い犬を作りました。男性方はお上手に風船を操っていました↓



↑ まつおの美人たちが勢揃いしました!!



## さくらまち



↑ヨーグルトにもきなこを入れて食し。腸活体操をして腸を刺激し皆さん美しくなれました。腸の動きは大事です。

昨年からフットケアを続けています。転倒防止につながり、巻き爪もなく、不思議に歩く足が力強く成りました。



右手を骨折した方も休んではいけないおはぎづくりに借り出されて片手でお手伝い!! 助かります。美味しいおはぎが出来上がり。

今夏は酷暑と少雨に耐え忍びました。利用者さま・ご家族さま・地域の皆さま・職員の元気に支えて頂きながら 10 月を迎えています。改めて感謝申し上げます。日々、私たちに何か出来ることはないかと模索している中、松本でアルツハイマーデー「信州オレンジサミット 2025」に参加しました。自身が若年性認知症 (39 歳) を発症され、現在は「認知症の人と家族の会」の理事をしている丹野さん (51 歳) が話された『環境なんだ、工夫が必要なんだ』という言葉は忘れられないです。地域から認知症の人を排除してはいけないと改めて思いました。映画「オレンジランプ」を皆さん、是非見て頂きたい。(11 月 6 日 13:30~ 県文化センターホール)

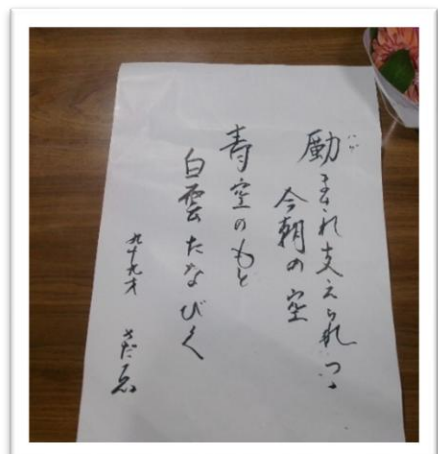
また、「おいなんよ」を宜しくお願いします。

理事長 佐藤 敏子





三日市場



駄菓子屋さんがやってきた!

↑ 99歳の happy birthday

さだゑさん99歳の歌です。素敵な短歌を作り書いてきて来ていただきました。

ウナギを食して益々お元気でね

おおせぎ別家



消火訓練消防署職員のお話の後、利用者さんも重い消火器を下げての消火をしました

スロープで非難するところです

松島



桜町にも駄菓子屋さんがやってきました!

月1回の佐野さん体操「とても貴重な時間です。」  
老いも若きも、肩こりも改善、身体が軽くなります。



秋のお彼岸がやってきました  
ご利用者さまの力をお借りし  
きな粉、ゴマ、あんこおはぎ  
づくりです。



おしらせ

ホームページがリニューアルしました。是非、ご覧ください。

編集後記

爽やかな秋の日がやってきました。世界を視れば戦争と天災被害でてんやわんや。私たち日本は倖せそのもの。先の総裁選では、自民党が生まれ変わらなければという割にしては何も変わらず、変わろうともせず、新しい日本の行く先は何処へ。折角女性が選ばれたのだから変わる時なのにまるで親戚同志の人事が始まっている模様。日本は大丈夫かな。心配をよそに秋の小春日和が心を和ませてくれる。(い)