

4月～6月のアルバム

ライス
上田中央

ライス☆通信

第48号

2026年7月号

発行元：介護付有料老人ホーム

ライス上田中央

住所：長野県上田市中央東1-17

電話：0268-75-7207

桜の花が咲きました

藤の花を作りました

お花見散歩

☆春のごはん すまし汁
豚肉と野菜の塩炒め
白煮 和え物 茶碗蒸し
うぐいす豆

広告紙で箱作り

色紙をちぎって
鯉のぼりを作りました

菖蒲湯

上田城へドライブ

キーボード演奏に
来ていただきました♪

紫陽花作り

ヘアカット中

ホッケー

あ～あ～川の流れるように～

夏祭りを下記日程にて、開催させていただきます。

8月9日（日）夏祭り

11:00～ スイカ割り（仮）

昼食 焼きそば・焼き鳥など

PM ボランティアさんによる
キーボード演奏

その他ゲームなど

おやつ アイスクリーム

* 来所ご希望の方は、8/3 までに
電話にてご連絡ください。

職員一同、皆様のご参加、心より
お待ちしております。

ホットケーキ作り

フルーツトッピング

ニラの薄焼き作り

昔は裏庭にニラがあって
兄弟で採って食べたよ

肩こり体操

～編集後記～

前回のライズ通信ではホルムズ海峡封鎖やナフサショックなどに触れました。今回の通信では『明るい話題を載せられたらいいな』と思っていましたが、世界規模での地震や熱波、豪雨、土砂崩れや戦争。胸が痛くなるニュースが引き続き多くありました。それでもライズでは、利用者様の溢れる笑顔に包まれて、スタッフ一同本当に救われています。

日々の生活の中で、笑うことができているのは幸せの証かもしれませんね。
ない物を数えれば不満が積り、ある物を数えれば感謝が増える。あたり前と思うか、ありがたいと思うのが幸せの分かれ道なのではないでしょうか。『幸せになりたい』と口にする前に、今の自分を見つめ直せば、既に『自分は今！幸せ』であることに気付けるのではないのでしょうか？『幸せになりたい』のつぶやきを『ありがとう』に言葉を変えてみましょうよ。

（相談員 南）