



まほろばだより

作品：ハナミズキの実貼り絵

第56号
〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2
デイサービスセンターまほろば
Tel 0274-40-2022
編集委員 星野・松原・宇佐美

朝晩はめっきり寒くなり、日だまりの暖かさが一段と心地よい季節となりました。今年は例年よりも早い段階で、インフルエンザの流行が予測されていますので、うがい手洗い等の対策や予防接種を行い、体調管理には十分気を付けましょう。

さて11月は、毎年ご好評頂いている紅葉ドライブへ出掛ける予定です。綺麗に色づいた木々の紅葉を車窓から眺めて頂き、季節の移り変わりや世界一美しいと言われる日本の紅葉を大いに楽しんで頂きたいと思います。



芋煮会

10月9日(金)に特養、GHと合同で芋煮会を行いました。芋煮は醤油、味噌の2種類の味を選んで頂き、「良く味がしみて美味しい。」ととてもご好評頂きました。このほか、たこ焼きやじゃがバター、ゲーム等の催し物も用意し、秋空の下、美味しい料理を味わいながら楽しい一時を過ごして頂きました。

くまの幼稚園

10月23日(金)にくまの幼稚園の年中さん33名がまほろばに来てくれました♪体操やお遊戯、元気な歌声と、最後には一人一人に「チンプイプイこれからも元気でいてね♪」と魔法の杖をプレゼントして下さいました。感動で涙を流す利用者様や、皆さま、終始笑顔が絶えない楽しい時間を共に過ごす事が出来、パワーをたくさん貰う事が出来ました。



美土里小学校

10月27日(火)に社会体験活動授業として美土里小学校5年生8名がまほろばに来ました。利用者様と一緒に作品作りやお話をしたり、布団敷きやおしぼりたたみ等、職員の手伝いもしてくれました。リコーダー演奏やフラダンス等も披露して頂き、「ひ孫と一緒にいるみたい♪」ととても喜ばれておりました。

11月行事日程

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 4~6日・・・デイルーム畳張替え | 19日~25日・・・理美容 |
| 10日(火)・・・ボランティア(サッドフォーエバー) | 23日~28日・・・まほろば温泉 |
| 11日~17日・・・紅葉ドライブ | 25日(水)・・・手作りおやつ(蒸しパン) |
| 14日(土)・・・味わい御膳昼食 | 26日(木)・・・ご当地昼食(名古屋 あんかけスパ) |

11月11日は『介護の日』

高齢化などにより介護が必要な方々が増加している一方、介護にまつわる課題は多様化しています。こうした中、多くの方々に介護を身近なものとしてとらえていただく為、平成20年に厚生労働省が、『介護について理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護家族を支援するとともに、利用者、家族、介護従事者、それらを取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する観点から、高齢者や障がい者等に対する介護に関し、国民への啓発を重点的に実施するための日』として、「11月11日」を『介護の日』と決定しました。

「11月11日」を『介護の日』とする理由は、「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」の、「いい日、いい日」にかけて、覚えやすく親しみやすい語呂合わせとなっています。



10月の利用者様作品【ダリア】



施設の空き情報

【平成27年10月31日現在】

特養 ☎0274 23-6520	現在、満床です。 待機、空床待ちとなります。 (担当 下田、小茂田)
ショートステイ ☎0274 23-6520	全ての日に若干の空きがあります。 ご希望部屋により、調整が必要となる場合もあります。 なお、ご家族の急病等で緊急を要する場合は、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。 (担当 下田、小茂田)
グループホーム ☎0274 23-6520	平成27年4月1日開所しました 現在、満床です。 待機、空床待ちとなります。
デイサービス ☎0274 40-2022	全ての曜日で空きがございます。 ご相談下さい。 (担当 平井、星野)

現在まほろばショートステイでは11月、12月分のショートステイの予約を受け付けております。先着順に予約を入れさせて頂いている為、ご希望の際は担当ケアマネジャーにご相談下さい。

★★★利用者様にお知らせ★★★

11月4日~6日まで、畳の張替えを行います。お昼寝には支障がありませんが、交換時には業者の出入り等もありませんが、宜しくお願い致します。

お元気講座

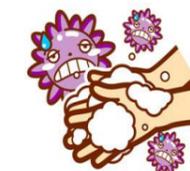
インフルエンザ注意報!



日本では毎年11月~4月にインフルエンザの流行が多く見られます。インフルエンザウィルスに感染すると、特に高齢者や持病を持つ人、乳幼児、妊婦さんなどは重症化する危険性が高いと報告されています。インフルエンザの事を知り、上手にウィルス感染を防ぎましょう。

●インフルエンザの予防・・・

- ・手洗い、うがいは予防の基本。(歯磨きや入れ歯の洗浄もお忘れなく!)
- ・流行シーズンには人混みへの外出は避け、出掛ける場合にはマスクを着用しましょう。
- ・栄養、休息を十分にとり、抵抗力を高めるのも大切です。
- ・バランスの良い食事と水分補給を心がけましょう。
- ・インフルエンザワクチン接種が有効です。



ワクチン接種により重症化や死亡の防止に一定の効果があり、また万が一かかったとしてもほとんどの場合症状が軽く済みます。(絶対かからないというわけではありません。)

●インフルエンザにかかってしまったら

- ・ウィルスに感染すると1~3日の潜伏期間ののち、急激な高熱(38℃以上)と頭痛、関節痛、筋肉痛など全身症状が現れます。普通の風邪とは違い、やや遅れて喉の痛みや咳、鼻水、痰などの呼吸器症状が現れます。症状がでたら早めに受診し検査を受けましょう。