



# まほろばだより

題字作品：森田様

第152号

〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2

デイサービスセンターまほろば

☎ 0274-40-2022

編集委員 宇佐美・田辺

謹んで新年のお喜びを申し上げます。昨年中は、まほろばデイサービスをご利用頂きありがとうございました。また感染予防対策にもご協力頂き、ありがとうございました。本年も皆様が安心してご利用頂けるよう、引き続き、コロナ・インフル等の感染予防をお願いしながら、楽しいデイサービスしていきたいと考えています。ご意見やご希望などありましたら、お気軽に職員にお話し下さい。

新しい年を迎え、寒さはこれから本番を迎えます。うがい、手洗い、消毒をこまめに行い、十分な休息をとるように心がけ、体調管理には十分お気をつけ下さい

## 【潤青会からのお願い】

・コロナ感染症は「5類」になり、マスク着用は個人の判断となりましたが、インフルエンザ等の感染症も流行している為、病院や高齢者施設などでは、基本的にマスクの着用が求められています。

特にデイサービスなど人の集まる場所では、今までと同じような感染対策が必要と思われるので、皆様には引き続きマスクの着用、手洗い、うがい、換気の励行などをお願いします。

また、下記に当てはまる場合は、ご利用を控えて頂きたいので、ご協力をお願いします。

●熱が37.0℃以上の場合 ●体調不良（のどの痛み・倦怠感・せき・鼻水・吐き気等）

●ご家族様や身近でコロナに感染した人が居る ●コロナ感染の疑いがあるときなど

その他でも感染者と接触があったと思われる場合は、必ずご連絡ください。



## クリスマス会

ダイルームをクリスマス風に飾り付け、職員はサンタの衣装を、利用者様にはサンタの帽子やカチューシャを身に付けて頂きました。

クリスマスをイメージしたゲームを楽しんだ後、1位の方から順番にクリスマスプレゼントくじを引いて頂きました。プレゼントを受け取ると、弾けるような笑顔となり、とても楽しい時間になりました。



## 手作りおやつ【Xmasケーキ】



クリスマスランチ

# ●12月利用者様作品 (クリスマスカード、お正月飾り、カレンダー)



12月お誕生日の方々♪  
おめでとうございます!



## 施設の空き情報 【令和5年12月31日現在】

|   |  |
|---|--|
| <p><b>特 養</b></p> <p>☎0274<br/>23-6520</p>          | <p>現在満床ですが、お申し込みやご相談は随時受付けております。電話にてお問い合わせ下さい。要介護2までの方についてもお気軽にご相談下さい。</p> <p>【担当：平石、井口】</p>   |
| <p><b>ショート<br/>ステイ</b></p> <p>☎0274<br/>23-6520</p> | <p>1月→現在、少しだけ空きがあります。<br/>2月→先着順に予約を受付けています。<br/>3月以降についてはご相談下さい。<br/>ロングショートに関しましても、調整により、受け入れが可能な場合もありますので、ご連絡下さい。</p> <p>なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合も、出来る限り対応させて頂きますのでご相談下さい。</p> <p>【担当：平石、井口】</p> |
| <p><b>グループ<br/>ホーム</b></p> <p>☎0274<br/>23-6520</p> | <p>現在は入居しやすい状況となっております。お申込みやご相談は、随時受付けていますので、お気軽にご相談ください。</p> <p>【担当：黒澤】</p>   |
| <p><b>デイサービス</b></p> <p>☎0274<br/>40-2022</p>       | <p>月曜～土曜の全ての曜日に空きがございます。ご利用を希望される場合は、お気軽にご連絡下さい。</p> <p>機能訓練については、専門職が担当しています。(理学療法士・按摩マッサージ師・看護師)</p> <p>【担当：大島】</p>  |



## 12月変わり湯



**ゆず湯の効能**

1. 血行促進と保温効果  
血行が良くなり、冷え症、肩こり、腰痛、神経痛を改善  
リモネンという成分が熱を逃がさないため
2. 疲労回復  
クエン酸が疲労を軽減し、体内の代謝を良くする
3. 美肌効果  
ビタミンCが肌の保水力を高める
4. リラックス効果  
柑橘系のさわやかな香りによるリラックス効果

あゆみ 湯

## 1月行事日程

- 1日～3日・・・デイサービスお休み
- 4日～6日・・・双六ゲーム
- 13日(土)・・・味わい御膳
- 15日(月)・・・お誕生日昼食会

- 15日～20日・・・変わり湯
- 17日(水)・・・手作りおやつ
- 18日～24日・・・理美容
- 19日(金)・・・もちつき大会
- 22日～27日・・・真ぼろば温泉