

気が付けば日脚もめっきり短くなり、朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。皆様、お変わりありませんでしょうか。体調を崩しやすい気候のため、お気をつけお過ごしください。それでは10月の輝くろべの様子をお知らせします。

10月も先月に引き続き避難訓練を行いました。9月は地震に備えた避難訓練を、10月は火災に備えた避難訓練を行いました。10月26日には「とやませいきょうまつりin東部」に参加しました。よさこいや、いろいろなお店を見て回ったり、くじを引いたりしてにぎやかで楽しい時間を過ごされました。また秋祭りでは利用者様と一緒に綿あめを作りました。「口の中でなくなる！美味しい！」とたいへん喜ばれておりました。そのほかにも、ご近所から頂いた柿で、干し柿&さわし柿を作りました。慣れた手つきで美味しく仕上がりました。また笑いヨガやドライブなども楽しめました。

日頃から、皆様の温かい支援に心より感謝申し上げます。ご質問やご要望がございましたら、お気軽にお問い合わせください。今月も、どうぞよろしくお願いいたします。

とやませいきょうまつりin東部



火災避難訓練



難しいね

秋祭り



誕生会



料理も楽しいね♪



日常



はい!どうぞ!



甘〜くなれ〜

干し柿&さわし柿作り

うま〜くできた



甘くておいしい!



2024年11月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3		5	6	7	8	9 おやつレク
10	11	12	13	14	15	16 運動会
17	18 カレーの日 誕生日会	19 折り紙教室	20	21 絵手紙教室	22 誕生日会	23
24	25 笑いヨガ	26	27	28	29	30

栄養こぼなし 新しい年を迎えるご準備を!



生協10の基本ケア ～第1章換気をする～

11月となり2024年も残り2か月をきりました。年末にはその年の感謝の気持ちを親しい人や家族に伝えることや、すっきりした気持ちで新しい年を迎えるための準備も多いかと思ひます。慌てることのないように、今から少しずつ師走に向けての準備を始めてはいかでしょうか。



①大掃除

掃除をするための体力をつけましょう!

おじぎ体操
尻あげ体操
その他の
介護予防運動

施設では日々、様々な体操に取り組んでいます。



②おせち料理

「作るもの」から「購入するもの」へ!

COOP
おせち料理

おせち料理における代表的な食材の意味

今回の **ワッ** 食材は...

COOP味付動物の子
COOP短かすのこ餅



めでたい金色にうっとり!
リアン11月号を手チェック!

黒豆 健康・勤勉

くろく回焼けをするほどマメに働けますように

伊達巻 学業成就

巻かれた書物に似ています

海老 長寿祈願

長山ひげ! 丸まった背中! 長生きの象徴!

数の子 多子繁栄

朝がたくさん! 多産いっばり

「第1章換気をする」では、換気をする事の重要性だけではなく、手洗いの重要性についても記されています。手の洗浄は手洗いをするのがもっとも有効な手段です。汚染した手指にアルコール消毒をするだけでは全く意味がなく、汚れを洗い流さなければ手の洗浄の意味がありません。輝くろべでは、洗面台に手指の6か所洗いの方法の張り紙し、職員も利用者様も一緒に確認しながら手洗いを行っています。車椅子の方でも使いやすい洗面台もあり、来所された時にはまず手をしっかり洗ってもらい、手に付いている汚れを取り除き、ウイルスの侵入を防ぐように心がけています。これからの季節はインフルエンザやノロウイルスが流行します。是非、ご自宅でもこまめな手洗いとしっかりとした水分摂取で、寒い冬を乗り切りましょう!

■介護相談、随時受け付けています

お気軽にご相談ください(担当:施設長 魚住、ケアマネージャー 中西)

■ボランティア募集のお知らせ

お話相手、読み聞かせ、踊りや演奏、マジックなどの発表や簡単な習い事(習字・絵・体操)、花壇など外回りの除草
問い合わせ:0765-33-4515