

ショートだより霜月号

～grateful days～ #66

行事予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 文化の日	4	5
		脳トレ(計算) 輪投げ	歌声広場 カラオケ	脳トレ(ことわざ) 風船バレー	脳トレ(回想法) 玉入れゲーム	脳トレ(四字熟語) 歌声広場
6	7	8 <散髪>	9	10	11	12
のぞみの会	脳トレ(カルタ) フォークダンス	脳トレ(漢字) 映画鑑賞	歌声広場 紙芝居	脳トレ(計算) 生け花	脳トレ(ことわざ) 輪投げ	脳トレ(回想法) 歌声広場
13 大相撲初日	14 <散髪>	15	16	17	18	19
脳トレ(四字熟語) 風船バレー	脳トレ(漢字) 一五の会	脳トレ(カルタ) 玉入れゲーム	歌声広場 朗読ボラ「こころ」	脳トレ(回想法) カラオケ	脳トレ(計算) 映画鑑賞	脳トレ(ことわざ) 歌声広場
20	21	22 <散髪>	23 勤労感謝の日	24	25	26
脳トレ(ことわざ) クッキング	脳トレ(四字熟語) 輪投げ	脳トレ(回想法) 風船バレー	歌声広場 紙芝居	脳トレ(カルタ) 生け花	脳トレ(漢字) 銭太鼓	脳トレ(計算) 歌声広場
27 千秋楽	28 <散髪>	29	30			
脳トレ(カルタ) 玉入れゲーム	脳トレ(回想法) レッツ・フォークダンス	脳トレ(四字熟語) 奇楽会	歌声広場 輪投げ			

今月のクッキングメニューは、どらやき(20日)です。

※2日のクッキングは中止します。

インフルエンザ予防できていますか？

朝夕冷え込む季節になりましたが、皆さんお元気にお過ごしでしょうか。これからの時期、インフルエンザやノロウイルスなどの流行期ですので、手洗いうがいを徹底して、予防に努めていきましょう☆

①皆さん手洗いうがいは徹底していますか？

- ・手のひら、爪の間、手首まで、石鹸をつけて、きれいに手洗いをし、うがいを行いましょう。
- ・石鹸で手洗いした後は、アルコールで消毒するとより効果的です。



②マスクの正しい装着方法をご存じですか？

- ・ワイヤー部分を鼻の形に合わせ、鼻まで確実ににおいましょう。
- ・あごの下までマスクを伸ばし、口をしっかりと覆いましょう。



③適宜、換気を行いましょ！

- ・お部屋の空気は、屋外から持ち込まれるホコリや暖房器具から出る一酸化炭素や二酸化炭素などで汚れています。こまめな換気を行い、空気の入換えを行いましょ。
- ・インフルエンザは乾燥した環境を好むので、加湿器や湿らせたバスタオルなどを用いて湿度がなるべく50%程になるようにしましょ。



④予防接種を受けましょ！

- ・予防接種はインフルエンザが発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぐ効果があります。



社会福祉法人 全仁会 倉敷在宅総合ケアセンター3階 ショートステイ
〒710-0826 倉敷市老松町4-4-7

TEL(086)427-1193<直通>管理者:榊原 担当:矢野

