

オキドキニュース 十月号



二十四節季

霜降	寒露
十月二十三日 霜が降りるほどに寒くなる。	十月八日 露が寒さで凍ろうとする。

敬老会

九月十二日（土曜日）、食堂にて「敬老会」を開催しました。

当日は、「入所中のご利用者様の中で、長寿の節目にあたる「喜寿・傘寿・卒寿・白寿」の9名のご利用者の方に表彰をさせていただきました。

敬老の日と言うことで、「ご利用者皆様に歯ブラシを。節目の年齢の方には、写真立てもお渡ししました。

百歳のお祝いには紀寿・百寿がありますが、それ以上の年齢をお祝いする 茶寿、皇寿、大還暦百歳を超える年齢の長寿祝いがあるそうです。

一〇八歳祝いの茶寿（ちやしゅ）、
一一一歳祝いの皇寿（こうじゅ）、
二回目の還暦を意味する
一二〇歳の祝いの大還暦（
だいかんれき）などがあります。
今回、入所中のご利用者様の中で百歳以上の方が3名いらっしゃいました。
次は、茶寿、皇寿、大還暦を目指して元気で過ごしてください。



以外に多い秋の食中毒！

食中毒が多い季節は夏だと思いませんか。実は、一番食中毒が多い季節は、秋です。十月の発生件数が一番多く、次いで八月と九月になります。なぜ秋にも食中毒が発生しやすいのか。食中毒の原因としては、大きくわけて二つあります。

- ①「気温が下がって体感温度も低くなるため、食品に対する油断が生じてしまう。」
菌が育つ温度は十度〜六十度の範囲で、条件としては非常に広いのです。菌が増えるには「温度・栄養・水分」が必要で、条件が整えば二時間で食中毒を起すまでに増えてしまいます。
- ②夏を過ぎた後の体は疲れていて、免疫力が低下してしまい、細菌やウイルスが入ると抵抗できなくなり、食中毒を起しやすくなる。

食中毒は、食べ物や飲み物に付着した「微生物（細菌、ウイルスなど）」や「自然毒」を摂取することによって起こる健康障害です。
食中毒はおもに、カンピロバクターやサルモネラ菌などが原因となる「細菌系」とノロウイルス

入などの『ウイルス系』、フグ・キノコ・アジサイの葉・ジャガイモの芽などの『自然毒』によるものがあります。
十月は気温が下がるため細菌による食中毒は少なくなりますが、キノコやフグなどの自然毒、ノロウイルスが発生します。ただ、細菌による食中毒もゼロになるわけではないので注意が必要です。

衣替えの季節です！

十月に入り、朝夕の冷え込みも増して来ましたが、そろそろ衣替えとなりますが、その際には、全ての衣類に名前を記入して頂きますようお願い致します。



また、当施設は、限られた居住空間の中で、ご利用者の皆様にご利用いただいております。床頭台以外の場所に衣装ケース・荷物等を置かれますと、ご利用者様の移動の妨げになります。
「衣類」「クラブの作品」など、頻繁にお使いにならない品物などは、この機会にお持ち帰りをお願い致します。

麺食いめぐり「とろろそば」

「とろろそば」は、そばの上すりおろした山芋をかきかけたもの。そばの風味ととろろのなめらかなさがマッチした、優しい味がするとても食べやすいそばです。山芋がたっぷりなので、栄養がとても豊富です。

昼食に提供しますので「美味しくください」

10月26日(月) 昼食にご提供！



写真はあくまでイメージです。提供するものとは異なりますのでご了承下さい

《総務課より》

利用料のお支払いは毎月十五日までになつておりますので「協力ください」。
尚、窓口でのお支払いは「年中無休」・「午前九時〜午後四時」となっております。宜しくお願い致します。

正一位岩走神社例大祭

令和二年のあきる野三大まつりは、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止となりました。今回、あきる野市伊奈で例年行われている「正一位岩走神社例大祭」を紹介致します。

「正一位岩走神社」は、平安の末期に、信濃国伊那郡の住民十二名が当地に来て一村を開き、信濃国総鎮守の戸隠神社の手力男命（たぢからのおのみこと）を勧請しました。その後、数年を経て稚日女尊（わかひるめのみこと）と棚機姫命（たなばたひめのみこと）を祀る。光格天皇の御代（一七九四年）に、「正一位」という神階の最高位を許され、正一位岩走神社と改称したとされています。

正一位岩走神社例大祭は例年、九月中旬の土曜・日曜に行われ、三五〇年余りの歴史あるお祭りです。

正一位岩走神社例大祭では、昼に渡御（とぎよ）した神輿の二団として、先頭に先祓い鉾四本、十二基の町内神輿の後に木遣り音頭に囃された獅子頭が二つ続き、太鼓車・神社神輿・山車二台・囃子車四台が続いて町内を一団となつて巡行します。夕方、暗闇の中に宮入がなされ盛り上がりは最高潮となります。

インフルエンザ「予防」こそ最大の薬

高熱やせきなどを主症状とするインフルエンザを根本的に治療する薬はありません。タミフルなどウイルスに効く薬はありますが治るわけではありません。

安静と適切な水分、栄養補給が基本。経口摂取が難しく、肺炎併発のリスクを考えると入院しなければならないこともあります。

感染力が強く、回復期でも周囲の人との接触は慎重に。予防が何より重要で、インフルエンザワクチンの早めの接種が望まれます

面会中止のお知らせ

10月17日(土曜日)は運動会開催のためご面会は中止させていただきます。
ご面会のご予約は出来ませんのでご了承下さい

10月17日(土曜日)のみ 面会中止

