

デイケア通信

九月号



臨時利用・振替利用 随時受付中!

デイケア利用時にお休みした場合、他の曜日に振替利用ができます。また、ご家族様などのご都合で、予定外に利用したい時など、臨時利用もできます。詳しくはオキドキにご連絡下さい。(042-596-0111)

「防災の日」について

九月一日は関東大震災があつた日一九二三年(大正十二年)であること加えて、一九五九年(昭和三十四年)九月二十六日に伊勢湾台風によつて戦後最大の被害がもたらされたことがきっかけに。地震や台風などの災害についての認識を高めることを目的に、一九六〇年(昭和三十五年)に制定されました。さらに一九八二年以降、防災の日の前後にあたる八月三十日〜九月五日を「防災週間」として制定されました。災害はいつ起こるか分かりません。防災の日をきつかけに、万が一に備えて防災対策をしておくことが大切です。どのような点を見直したらよいのか紹介します。

ハザードマップをチェック

ハザードマップは、災害が発生したときに被害が想定される地域や避難場所などの防災情報を、地図上で確認できるものです。

避難場所と避難ルートの確認

避難場所には、『時避難場所』『広域避難場所』『収容避難場所』などがあります。各避難場所がどこにあるか、どのような経路で行けるのかといった情報は、各市町村が作成している防災情報マップなどで確認しましょう。

家庭で災害時の対応を話し合う

災害時に、家族と連絡が取れないのは不安なものです。事前に家族で連絡方法について話し合っておきましょう。地域の避難場所を確認することや、家族で待ち合わせ場所を決めておくことも忘れないようにしましょう。

防災グッズの見直し

防災グッズは主に『衣』『食』『寝』『情報』の四つに分かれており、それぞれを見直すことが大切です。非常食や飲料の量は、「週間分が目安です。近年は非常食の種類が豊富にあるため、日ごろの食生活に近い物を選ぶと日常と違う環境でも無理なく食べられるでしょう。災害時は、情報収集が肝心です。懐中電灯やスマホ充電機能が付いたラジオも販売されているので、備蓄しておく役立つでしょう。いざという時に備え、避難場所の確認」、非常持ち出し袋を用意しておきましょう。

また、「電池」「ミネラルウォーター」、缶詰などは、定期的に新しいものと交換しましょう。その他にも、不安定な家具、また危険なものがないかなど、この機会に今一度確認しておきましょう。

9月主な予定

- 5日(月)～9日(金)
体重測定
- 5日(月) 中華バイキング
- 12日(月)～16日(金)
敬老週間
- 13日(火) ご当地グルメ
- 19日(月) お楽しみ献立
- 22日(木) 中華めぐり
- 28日(水) セレクト食

9月22日(木) 昼食にご提供!



中華めぐり 「酢豚」

酢豚は、下味をつけた角切りの豚肉を用い、衣をつけて油で揚げ、甘酢あんをからませた料理です。是非、ご賞味下さい。

写真はあくまでイメージです。ご提供するものとは異なりますのでご了承下さい