

オキドキニュース 十一月号



二十四節季

立冬 十一月七日 冬が始まる。
小雪 十一月二十二日 雨が雪になって降る

秋の大運動会

十月十二日(土曜日)、秋晴れの下、駐車場に於いて「運動会」を催しました。
まず始めに、紅白に分かれて「玉入れ競技」を行いました。ご利用者の皆さん、籠めがけ一生懸命に投げている様子が見られました。
続いて、張つてあるロープにロープを通し、端から端まで数多くロープを流す、「ロープ流しゲーム」競技を行いました。ご利用者様が協力し合い、一生懸命にロープを流していらつしやいました。



最後は、職員対抗の「飴取り・パン食い競争」を行いました。なかなか思ったように「パン」と「飴」が取れずに悪戦苦闘。「飴」も上手く取れずに、顔が粉まみれになりながらも一心不乱に頑張つておりました。無事、全ての競技を終えて今年も白組の勝利となりました。
皆様、久しぶりに大声を出され、少しお疲れの様子も見受けられましたが、大変楽しんでいらつしやいました。



「面会」の皆様へのお願い

季節の変わり目で体調を崩され、風邪気味の方も見受けられるようになりまし。施設内での感染防止に対しては細心の注意を払っておりますが、皆様にも「面会の際には、受付での

- 「手洗い消毒(接触感染防止)」
- 「マスク着用(空気感染・飛沫感染防止)」

をお願いするとともに、風邪気味や体調がすぐれない場合には面会をご遠慮下さいますようお願い致します。

施設内の感染拡大防止のため、皆様のご理解、ご協力をお願い致します。

《総務課より》

利用料のお支払いは毎月十五日までとなっておりますので、期日までにお支払い下さい。
尚、窓口でのお支払いは年中無休、午前九時から午後四時迄となります。

お願い

現在、空調機器の省エネタイプへの交換作業を行っております。
入替期間中は、空調機を停止して作業を行っておりますので、施設内の暖房を使用することができません。

十一月に入り、一段と寒さも増してまいりました。防寒対策として、冬布団を用意させて頂きましたが、数量に限りがあり、全てのご利用者の皆様にお貸しすることが出来ませんので、特に寒さを感じられるご利用者の方は、「毛布・ひざ掛け・厚手の衣類」などを、各自ご持参頂きますようお願い致します。

また、工事期間中は多少の騒音や臭い等が発生する場合がございます。
万一、寒さを感じたり、ご気分が悪くなつたりした際は、職員までお申し出ください。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。



工事期間
10月18日(金)
～11月22日(金)

【停電の日程変更お知らせ】

先月のオキドキニュースにて、「停電のお知らせ」を掲載しましたが、空調機入替作業のため、左記日時に日程を変更いたします。
停電時は、「エレベーター」「照明」「水道」などが使用できません。ご利用者、ご面会の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願い致します。



日時 十一月二十三日(土曜日)
作業時間 午後一時～午後三時

【床清掃のお知らせ】

左記日時にて、施設内の「床清掃、ワックス掛け」を予定しております。それに伴い居室への立入が出来ない時間帯がございます。
ご迷惑をおかけ致しますが、皆様のご理解、ご協力をお願い致します。

日時 十二月一日 (日曜日)
作業時間 午前九時～午後四時

「高齢者の便秘? 薬が原因のことも」

排便のリズムは人それぞれです。三日に一度でもリズムが正常であれば問題はありません。それは高齢者でも同じことです。
便秘は「繊維性植物」「水分」「運動不足」がリスクで、何れも高齢者にありがちです。時には薬が原因の時もあります。排便リズムの狂いを非常に気にする高齢者も少なくありません。便秘薬は、便を柔らかくするタイプと腸の運動を刺激する2種類に大別され、市販薬もあります。便秘薬は習慣性があり、医師に相談するのが良いでしょう。

十二月行事のお知らせ

(ギター演奏会)

日時 十二月十四日(土曜日)
午後二時から(予定)
場所 デイルーム

内容 ボランティアの方をお招きし、ギター演奏を行う予定です。また、その他にも職員が楽しい催しを検討しておりますのでご期待下さい。

