

# オキドキニュース 十一月号



二十四節季

立冬	十一月八日	冬が始まる。
小雪	十一月二十三日	雨が雪になって降る

## 秋の大運動会

十月十日(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」を行ない、「ご利用者の皆さん、籠めがけ一生懸命に投げてくださいました。」

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、「ロール流しゲーム」を行いました。ご利用者が協力し合い、一生懸命にロープを流していらっしゃいました。

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」は小さいため上手く取れずに、顔が粉まみれになりながらも一心不乱に頑張っており、勝利となりました。

皆様、久しぶりに応援と大笑いで大声を出され、少しお疲れの様子も見受けられましたが、大変楽しんでいらっしゃいました。



運動会のご様子

## 「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、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、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。」

## インフルエンザにご用心!



《 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。

## 【停電のお知らせ】

年一回の電気工作物の「法定点検」を実施いたします。点検中は、施設内が二時間ほど一斉停電になります。エレベーター、照明、水道などの使用ができません。

ご利用者、「ご面会の皆様にはご迷惑をおかけしますがご協力をお願い致します。」

日 時 十二月六日(日曜日)

作業時間 午後一時～午後三時



## お願い

朝夕の寒気が身にしみる季節となりましたので、外気温に応じて、設定温度を調節しながら暖房しております。しかし、感じられる温度は、人それぞれですので、寒く感じる方もおられます。特に十二月～三月は冷え込みが厳しくなりますので、寒さ対策として「毛布・ひざ掛け・厚手の衣類」などのご持参をお願いします。また、ご持参の際は、お名前を書いてください。

尚、「電気アンカ・電気毛布・ホッカイロ」などは「低温やけど」「脱水症」の可能性があるので、当施設では、使用禁止とさせて頂いております。

## 「ご当地グルメ」(長崎県)

十一月十一日(水曜日)

昼食時に提供



浦上そぼろ

「そぼろ」とは長崎の方言で千切りの油炒めのこと。浦上村にポルトガル人の宣教師が、信徒たちは肉を食べる習慣を伝え、長崎人の味に合うように豚肉を油炒めにした料理「浦上そぼろ」をつくったようです。



ヒカド

肉や山海の幸で作るヒカドは長崎県の郷土料理です。ポルトガル語の「ピカド=細かく刻む・調理する」が語源の由来といわれ、さつまいものすりおろしでトロミがつけた和風シチューです

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

## 介護保険証更新手続きはお早めに

ご利用者のお住まいの区市町村から、有効期限二ヶ月前に介護保険証の更新手続きの書類が郵送されます。同封されている「介護保険(変更・更新)認定申請書」に必要事項を記入の上、速やかに区市町村にご提出下さい。更新手続きが遅れて、認定有効期限が過ぎてしまいますと、要介護度が決まらないために、「保険請求」「利用料請求」「今後どのように生活されたいのか」などの支援が来かねます。尚、「介護認定の結果」「要支援」と認定された場合は、介護保険上、入所の継続が出来ず退所となりますので、「介護保険更新手続き」は、必ず期限内にお願い致します。

## 十二月行事のお知らせ

日時 十二月二十六日(土曜日)  
午後二時から(予定)

場所 デイルーム

内容 担当職員が楽しい催しを検討していますので「期待下さい。」

