

《 11月の誕生者 》

- ・上田 智子 さん
- ・小元 秋子 さん
- ・大門 順子 さん
- ・武内 俊一 さん
- ・泉澤 キヌエ さん
- ・前田 ヨシ子 さん



～ おめでとうございます ～

《 11月のレク予定 》

- ・引き寄せて…手を使い上肢の運動をします。
- ・魚つり…魚つりをして腕の体操をします。
- ・足ずもう…新聞紙を足で引き寄せていきます。
- ・ボーリング…ボールを使いボトルを倒していきます。
- ・ピンポン玉入れ…ピンポン玉を使い、玉入れをします。
- ・カレンダー制作…来月のカレンダーに色塗りや物作りをします。

* 楽しく参加しましょう。 *

《 11月の予定 》

- ・体重測定 月初め
- ・誕生会 随時
- ・避難訓練 13日(土)地震想定

《 11月の行事・もみじ狩り 》

*8日(月)～13日(土)
市内の色づき始めた木々を観て秋を感じて頂きたいと思います。

《 寄贈 》

本陣前 飯崎 様 お花、菊の花
橋本町 木村 様 チラシごみ箱
橋本町 山本 様 チラシごみ箱
～ありがとうございました～

16日
(火)

いい風呂の日

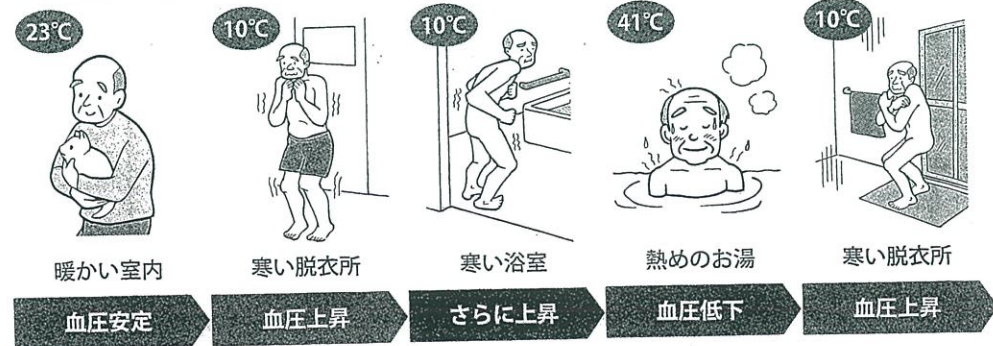
この時期になるとお風呂でゆっくり温まって疲れを取りたい人が増えることから、「い(1)い(1)ふ(2)ろ(6)」の語呂合わせにちなみ、制定されました。40℃以下のお湯にゆっくりつかり副交感神経が働き、心も体もリラックスできるといわれています。

本当に怖い

ヒートショックを予防しよう

気温の変化によって血圧が上下し、心臓や血管の疾患が起こることをヒートショックといいます。特に注意が必要なのは入浴時です。脱衣所・浴室・浴槽内での事故も多く、ご利用者・ご家族には、ご家庭での注意を促しましょう。

ヒートショックは暖かい部屋から寒い脱衣所に移動し、熱い浴槽に入るときなどに起きやすい



*看護職員からのお願い

- ・お薬が変更になったり、追加された時にはお薬手帳をお持ち願います。(確認させていただきます。)
- ・インフルエンザの予防注射を受けられた方はお知らせください。

しゃりん梅だより

11月号
令和3年11月1日発行



開会宣言！選手宣誓！



運動会

秋といえば食欲の秋や読書の秋、スポーツの秋などありますが、しゃりん梅ではミニ運動会をおこないました。紅組代表の方と白組代表の方に選手宣誓をしていただき始まりました。競技は「パールックでゴール」「玉入れ」「綱引き」の三競技です。皆さま張り切って参加されていました。笑顔いっぱいの楽しい運動会でした。



綱引き



玉入れ

～消防署立ち合いの避難訓練がありました～

消防署立ち合いのもと、火災想定での避難訓練をおこない、避難の方法や初期消火の方法をご指導いただきました。実践的な消火訓練ではご利用者さまも真剣なまなざしで見学されていました。

