

《 12月の誕生者 》

- ・石川 信勝 さん
- ・黒江 節子 さん
- ・植田 フミ子 さん
- ・藤原 タカ子 さん



～ おめでとうございます ～



《 12月のレク予定 》

- ・クリスマスツリー飾り…クリスマスツリーに飾り付けをします。
- ・魚つり…魚つりをして腕の体操をします。
- ・ピンポン玉入れ…ピンポン玉を使い玉入れをします。
- ・ポッチャ…お手玉を使い上肢の運動を行います。
- ・足で物送り…足を使いお隣の方に色々な物を送って行きます。
- ・カーリング…足を使いカーリングのパックを飛ばして行きます。
- ・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。\*

《 12月の予定 》

- ・体重測定 月初め
- ・誕生会 随時
- ・避難訓練 15日(水) 火災想定

《 12月の行事・クリスマス会 》

\*16日(木)～18日(土)  
クリスマスの歌やじゃんけんゲームを行い、職員と利用者さんとの交流を図ります。

《 寄贈 》

上太田 荒 様 お花  
橋本町 木村 様 お花、その他  
日の出町 岩橋 様 紙パンツ  
旭町 佐藤 様 紙パンツ  
上町 守家 様 チラシごみ箱  
橋本町 山本 様 チラシごみ箱  
桜井町 本林 様 つまようじ入れ

～ありがとうございました～

寒い時期に気を付けたい

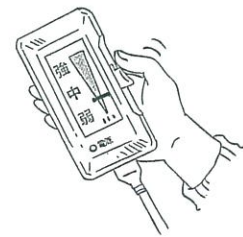
# 「低温やけど」に注意しましょう

「低温やけど」は、比較的低い温度(約44～50℃)のものに長時間触れることで起こります。44℃で3～4時間、46℃で30分～1時間、50℃では2～3分触れ続けると「低温やけど」を発症するといわれています。

意外と危険!

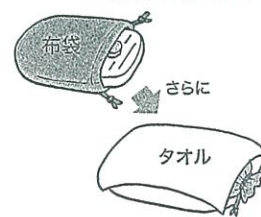
「低温やけど」を防ぎましょう

電気毛布は低い温度で使用



電気毛布は低い温度で使用し、寝る前に電源を切りましょう

湯たんぽは布袋に入れ、さらにタオルで包む



湯たんぽの表面温度が下がるので、「低温やけど」をしにくくなります

湯たんぽを布団から取り出す



湯たんぽで布団の中を温めておき、寝る前に布団から取り出しましょう

「貼るカイロ」は衣類の上から貼る



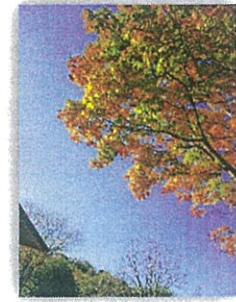
貼るカイロを直接、肌に貼らないようにしましょう

# しゃりん梅だより

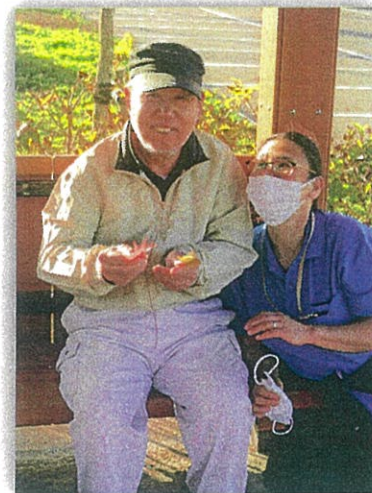
12月号  
令和3年12月1日発行



## 紅葉狩り



気が付くと美しい紅葉の時期となっております。山々を彩る紅葉は、日本独特の風景です。今年もしゃりん梅では紅葉狩りに出かけました。東ヶ丘公園の紅葉やイチョウの木、美しいぎざぎざの葉などを見てきました。皆さまに「きれいだった」「外に出かけるのはやっぱりいいな」と楽しんでいただけたようでした。これからも皆さまに楽しんでいただき、季節を感じられる時間を一緒に過ごしていきたいと思っております。



しゃりん梅では、月ごとに季節に合わせた壁面を作ったりと、様々な余暇活動をおこなっております。今月は皆さまと紅葉の壁画を作りました。色を塗ったり張り付けたり、皆さまと作品を作りあげました。レクリエーションでは頭や体を使い、楽しみながら時間を過ごしていただいております。

