



まほろばだより

題字：田村様

第68号
〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2
デイサービスセンターまほろば
☎ 0274-40-2022
編集委員 星野・松原・宇佐美

色とりどりの落ち葉や風の冷たさに、晩秋を感じる季節となりました。朝晩の冷え込みも一段と厳しさを増して来ましたので、着る物やお布団の調整を小まめにして、風邪など引かぬよう十分注意して下さい。また、ご利用日に体調がすぐれない場合は、無理せず、お早めにご連絡下さい。

さて、10月は浴室の工事の為、21日、22日のご利用者様にはご迷惑をお掛けしました。お掛け様で、工事も無事終わり、綺麗な浴槽で入浴して頂けるようになりました。

今後も、皆様に快適な環境で過ごして頂けるよう、問題点等があれば改善して行きたいと考えていますので、その際はご協力の程宜しくお祈りします。

くまの幼稚園 来所 社会体験学習 (美土里小)

今年も10月11日にくまの幼稚園の年中29名がまほろばに訪問してくれました♪幼稚園で練習してきた♪幼稚園で練習してきた♪お歌やダンスを元気いっぱい披露し、最後に手作りの首飾りをプレゼントしてくれました。「可愛いね。元気が貰えるよ♪」と皆様とても喜ばれた様子で、感動で涙ぐまれる方もいらっしゃいました。



10月18日に社会体験活動事業として美土里小5年生8名が来ました。利用者様と一緒に手芸や会話をしたり、作品の展示など、職員の手伝いもしてくれました。リコーダー演奏や鳴子を使った迫力ある踊りなどの披露もあり、「笛で故郷を吹いてくれて、一緒に歌ったよ♪」等と、とても喜ばれていました。

芋煮会



10月21日に特養、デイサービス、グループホーム合同で秋季イベント『芋煮会』を行いました♪職員手作りの芋煮汁やたこ焼き、ポテト、あんみつ等の食べ物とスマートボールや玉入れのゲームなどで、皆様に楽しんで頂きました。

天候にも恵まれ、秋晴れの下芋煮汁を召し上がって頂き、「外で食べると一味違うね♪」と、とても喜んで頂き、秋を感じて頂きながら、楽しいイベントを行う事が出来ました。

11月行事日程

- 9日(木)・・・味わい御膳屋食
- 14日(月)・・・誕生日昼食
- 15日(火)・・・停電検査
- 13日~19日・・・理美容
- 21日~26日・・・真ほろば温泉
- 25日(金)・・・駅弁昼食(青森駅 照焼きホタテ弁当)
- 26日(土)・・・手作りおやつ(蒸しパン)

11月は紅葉シーズン「もみじ」と「かえで」の違いは?

紅葉の季節になると、赤や黄色にきれいに色づく「楓」と「紅葉」ですが、どのような違いがあるかご存知でしょうか?

実は、植物分類学上は、「楓」も「紅葉」も同じカエデ科カエデ属の植物で、「紅葉」という「種」の植物は存在せず、明確に区別されていません。

「楓」は、カエデ科の樹木の葉の形状がカエルの手に似ていることが語源で、「蛙手(かえるで)」から転じ「かえで」になったといわれています。

「紅葉」という呼称は、紅葉の季節に葉の色がゆっくりと色づいていく様子が、紅花から染料を揉み出し水が色づいていく様子と似ていることから、「もみづ」という動詞で呼ばれ、これが名詞化して「もみぢ」になったという説があります。

ですから紅葉を「こうよう」と読む場合は、「かえで」に限らず、様々な色づいた樹木の総称となるのはもちろんですが、「もみじ」と呼ぶ場合でもこれに近い使われ方をする場合もあるそうです。

これから紅葉を楽しみにお出かけする機会が多いと思いますので、綺麗に色づいているその木は、「紅葉かな?楓かな?」と考えるのも面白いかもしれませんね♪



共同作品【秋の味覚・壁飾り】



お元気講座

高齢者の風邪は甘く見ては危険です!



気温が低くなり、空気が乾燥してくると、「風邪の季節がやってきたな。」と誰もが思います。中でもインフルエンザは、高熱が出て全身状態が悪くなり、重症化しやすい事が知られていますので、予防接種を受けたり、手洗い、うがいの励行やマスクの着用などで、かからないように気をつけて頂きたいです。

11月から4月の時期に38℃以上の熱が出ると多くの方がインフルエンザを疑い病院に行くと思います。しかし、高齢者の場合、免疫力が低下し、**発熱する力が弱っている為**、インフルエンザにかかっても**高熱が出ないことがあります。**

普通の風邪の場合でも同じで、熱が出てないからと無理をしてしまい、**肺炎や脱水をおこしていても気づかない**で重症化してしまうケースもあります。

ですから、**高熱がでているかどうかだけで判断するのではなく、●脈拍が異常に早い ●関節痛、筋肉痛、頭痛など身体全体に症状が出ている ●2~3日経過しても咳、喉の痛み、頭痛、関節痛、全身倦怠感が治らない**以上のような状態の時は、風邪薬は飲まずにすぐに病院へ行き、しっかりと症状を説明して検査を受けて下さい。

高齢者は、高い熱やひどい咳が出なくても重症になっているかもしれないと理解し、早い段階で適切に対応して頂く事が、早期回復への近道です。

施設の空き情報 [平成28年10月31日現在]

特養 ☎0274 23-6520	現在、満床です。 待機、空床待ちとなりますが、 随時ご相談を受け付けています。 (担当 下田、小茂田)
ショート ステイ ☎0274 23-6520	全ての日に若干の空きがあります。 ご希望部屋により、調整が必要となる場合もあります。 なお、 <u>ご家族の急病等で緊急を要する場合は</u> 、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。 (担当 小茂田、下田)
グループ ホーム ☎0274 23-6520	現在満床ですが、 お申し込みやご相談は、随時受け付けております。 (担当 加藤)
デイサービス ☎0274 40-2022	全ての曜日で空きがございますが、 送迎等の都合により、お受け出来ない場合もございますので、ご相談下さい。 (担当 平井、星野)

現在まほろばショートステイでは11月、12月分のショートステイの予約を受け付けております。先着順に予約を入れさせて頂いている為、ご希望の際は担当ケアマネージャーにご相談下さい。