



まほろばだより

題字(毛糸、落葉)作:中澤様

第69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・市原・宇佐美

冷たい風や枯れ葉に、本格的な冬の訪れを感じる頃になりました。今年は、11月としては珍しく初雪が降り、東京都心では観測史上最も早い初雪となりました。ここ数年来、寒暖の差が激しくなってきましたので、日々の天気予報等を確認し、衣服等の調整を行い、体調管理には十分ご注意ください。

さて、今月は毎年ご好評頂いております、恒例のクリスマス会を行う予定です。

今年一年のご利用を感謝し、皆様に喜んで頂けるよう、工夫を凝らして準備をしたいと考えていますので、是非お楽しみに！！

尚、お知らせ欄にも記載しましたが、お正月は1月1日(日)～3日(火)までお休みとなります。

クリスマス飾り作り

12月はクリスマスリースを作成して頂きました♪紙皿の真ん中をくり抜き、緑色で色付けしたリースに、皆様で好きなようにデコレーションして頂きました。

「素敵なリースが出来たね。可愛い♪」と完成した作品にとっても満足されていました。作品はデイサービスの入口や壁にツリーに見立てて飾りましたので、是非ご覧になって下さいね。



焼き芋作り



冬の風物詩『焼き芋大会』を11月24日に行いました。24日は藤岡市でも初雪が見られ、とても寒い日となりましたが、午後には雪も止み、予定通り行うことが出来ました。

皆様にはさつま芋が焦げない様、新聞紙とアルミホイルでくるんで頂き、落ち葉や枯れ木を使用し、職員がじっくりと時間をかけて焼きました♪「火が暖かいね。」と皆様で様子を見ている内に、お芋は見事に焼き上がりました。「ホクホクしてあったまる。」「甘くておいしい♪」ととてもご好評頂きました。

12月行事日程

- 8日(金)・・・小野中学生施設見学会
- 10日(土)・・・ボランティア(鈴石会)
- 15日(木)・・・お誕生日昼食会
- 19日(月)・・・手作りおやつ(クリスマスケーキ)
- 20日～26日・・・理美容
- 22日～24日・・・クリスマス会
- 24日(土)・・・クリスマス昼食会
- 26日～31日・・・真ほろば温泉



大掃除の由来と歴史

大掃除というのは、新年を迎える(すなわち年神様＝歳徳神をお迎えする)にあたって、神様をお迎えするのにふさわしいように家の内外を清めるという意味でなされる風習で、平安期に宮中で「煤払い」として始まったとされます。

また、鎌倉期以降、掃除が禅宗の修行の一貫としてひろまったのも相まって寺社仏閣に煤払いの風習が、その後江戸時代になると一般庶民にも年の瀬の行事としての大掃除が定着したと言われます。

ただ、平安時代にはすでに年末に古い道具類を捨てるという風習があったようで、御伽草子には年の瀬に捨てられた道具類の様子が書かれています。

道具類は100年たつ(99年を越えてつかうと)と付喪神(つくもがみ)という妖しに変化して怪異をなすと言われ、そのために年の瀬に捨てられるといった風習となったのだとか。九十九を「つくも」と呼ぶのもこのあたりが由来といわれています。

また、年末に神社仏閣で蚤の市が立つのも、捨てられた古い道具類に新しい命をという意味もあるのだそうです。



【ご利用者様、ご家族様へお知らせ】

【上履き・座布団洗濯のお願い】

衛生面を考え、12月は上履き・座布団をご自宅に持ち帰り、洗って頂きたいと思っておりますので、ご都合の良い日をご連絡下さい。なお、ご連絡が無い場合は、12月の最終利用日にお渡しさせていただきます。

【年末年始の営業のお知らせ】

デイサービスは12月31日まで通常通り営業、1月1日～3日までお休みを頂き、4日より通常通り開始させていただきます。なお、お休み頂いている間も、お休み等の連絡はお受けできます。

お元気講座

ノロウィルスの感染を防ぐ為の予防対策



1.手洗いをしっかり行う

帰宅時や調理を行う前、食事前、トイレの後に流水と石鹸による手洗いを行いましょう。ノロウィルスを減らす最も有効な方法です。

◎手洗いのタイミング

- ・トイレ後 ・外出から戻った時 ・食品を取り扱う前
- ・手袋着用の前 ・ゴミなど汚れた物を触った時
- ・嘔吐物、排泄物等の処理後

2.食品はしっかりと加熱して

食事はなるべく火を通し、特に貝類はしっかりと加熱。二枚貝を食べる時は、中心部まで十分加熱調理しましょう。

ポイント・・・二枚貝はしっかりと中心まで加熱調理

3.キッチンや調理器具の消毒

調理台や非金属製の調理器具は洗剤などで十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウム(0.02%以上)で浸すように拭き取ります。ただし、金属を腐食させる性質があるので、包丁などはアルコールによる二度拭き、または、熱湯による加熱が有効です。
ポイント・・・調理器具によって消毒方法が異なるので、よく調べてから対策をとりましょう。

4.頻繁に手で触るものを清潔に保つ

調理器具類、冷蔵庫の取っ手、水道の蛇口、トイレのレバー、ドアノブ、手すり、テーブル、椅子等を清潔に保つ事は予防対策に有効です。

ポイント・・・アルコール消毒がお勧めです。

施設の空き情報

【平成28年11月30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、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。</u> (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	月曜日～金曜日は若干の空きがございます。土曜日を希望される場合はご相談下さい。 (担当 平井、星野)

現在まほろばショートステイでは12月、1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。