



秋も深まり、すっかり日足が短くなりました。朝夕は肌寒く、日中との気温差も激しい季節ですので、脱ぎ着のしやすい服装に心がけて頂き、体調管理には十分ご注意ください。

先月よりオミクロン対応型コロナワクチンの接種とインフルエンザ予防接種が開始されました。接種を終えた方は、接種の有無を確認したいので、お手数ですが接種日のご連絡をお願い致します。

また、理美容を先月より開催いたしました。ご希望の方は連絡帳によりご連絡ください。

【潤青会からのお願い】

・コロナ感染症の第7波は、感染力が強く無症状の人もあるため、どこから感染してしまうのか分からないような状況になっています。デイサービスなど人の集まる場所では、さらに注意が必要と思われます。デイサービスご利用の際には、引き続きマスクの着用、手洗い、うがい、換気の励行などをお願いします。少しでも下記の症状があった場合は、ご利用を控えて頂きたいので、ご協力お願いいたします。

●熱が37.0℃以上の場合 ●体調不良（のどの痛み・倦怠感・せき・鼻水・吐き気等）

また、ご家族様や身近でコロナに感染した人、若しくはその疑いがある人、その他でも感染者と接触があったと思われる場合は、必ずご連絡ください。

＜行事報告＞ ●真まほろば大運動会

10日、11日に『まほろば大運動会』として皆様と楽しく体を動かしました。

玉入れやボール渡しなど様々なゲームを企画し、チームに分かれて、協力しながら行いました。

「夢中になるね。」と笑顔で話され、拍手や声援なども聞かれ、賑やかな時を過ごして頂きました♪



手作りおやつ「かぼちゃマドレーヌ」



変わり湯



緑茶風呂の効能

1. 美肌効果
緑茶に含まれる「ビタミンC」によって、肌の潤いを保つ「カテキン」の殺菌作用によって肌の健康を保つ（水虫の改善）
2. リラックス効果
緑茶に含まれる「テアニン」や緑茶の香りが脳をリラックスさせてくれる。安眠作用につながり、血行促進の効果
3. 冷え症の改善
緑茶の成分による保温効果

本日の変わり湯
緑茶風呂



秋季防災訓練を行いました！！



●10月利用者様作品 (ハロウィン帽子、秋の味覚、ハロウィンゲーム)



施設の空き情報

【令和4年10月31日現在】

特 養 80274 23-6520	現在満床ですが、お申し込みやご相談は随時受付けております。電話にてお問い合わせ下さい。要介護2までの方についてもお気軽にご相談下さい。 【担当：平石、井口】
ショートステイ 80274 23-6520	11月→現在、少しだけ空きがあります。 12月→先着順に予約受付けしています。 1月以降についてはご相談下さい。 ロングショートに関しましては、調整により、受け入れが可能な場合もありますので、ご連絡下さい。 なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合も、出来る限り対応させていただきますので相談下さい。 【担当：平石、井口】
グループホーム 80274 23-6520	現在は入居しやすい状況となっています。お申込みやご相談は、随時受付けていますので、お気軽にご相談ください。 【担当：黒澤】
デイサービス 80274 40-2022	月曜～土曜の全ての曜日に空きがございます。ご利用を希望される場合は、お気軽にご連絡下さい。 機能訓練については、専門職が担当しています。(理学療法士・按摩マッサージ師・看護師) 【担当：平井】

暮らしの知識

七五三にも地方色がある？
全国各地のユニークな祝い方！



◎日本各地の特徴ある七五三 4 選

日本全国で行われている七五三ですが、実は各地方によって様々なスタイルが存在するようです。今回は北海道、千葉・茨城、新潟、鹿児島県の4つの地方のユニークな風習をご紹介します。

○寒～い北海道では早めのお祝いを・・・北海道地方の七五三は、10月15日と早めに行われます。全国的には七五三は11月15日に開かれますが、北海道の11月はすでに寒い季節。雪が降って足下が危ないこともありますし、せっかくのお祝いなのに風邪をひいてしまってもはいけません。そうした理由から、お子さんに負担がかからないようこの時期に開催されるようになりました。

○千葉県・茨城県では結婚式並みに豪華！・・・七五三を祝う風習は関東地方に由来すると言われています。特に、古くからの風習を濃く残す千葉県・茨城県では、豪勢な七五三祝いをする事で有名です。結婚式の披露宴のように、ホテルを借り切って親戚一族などを招き、フルコース料理や豪華引き出物など、盛大なパーティをすることがこの地方では一般的な形式だそうです。

○険しい山頂で参拝をする新潟県・セツ詣り・・・新潟県十日町市にある国重要文化財「松茸神社」。の春の祭礼として大いに賑わうのが、数え七歳になった男児が山頂にある神社への初登山に挑む、「セツ詣り」です。標高360メートルという高さは子どもにとって険しい道のりですが、頑張って登頂に成功し、無事に参拝を済ませられると、家族親戚で祝会を開きます。

○江戸時代から続く伝統行事！鹿児島県の七草祝い・・・鹿児島県の南九州地方には、七つになった男女の子どもを1月7日に盛大に祝う風習「七草祝い」があります。子どもの無事な成長と未来の健康を、一族で晴れ着を着て神前や仏前に祈願するものです。異なる点は、力が入った盛大さと、7歳の子供たちがお椀や重箱を持って家々を7軒めぐり、七草がゆを分けてもらうことです。子どもが必ずしも7つまで健康で生きられるとは限らなかった昔の名残が、大切に受け継がれているのです。

11月行事日程



7日(月)・・・味わい御膳	21日～26日・・・変わり湯
7日～12日・・・まほろば温泉	22日(火)・・・手作りおやつ
15日(火)・・・お誕生日昼食会	23日(水)・・・駅弁昼食(のり弁当)
17日～23日・・・理美容	