



# まほろばだより



## 題字作品：中澤様、平井様

謹んで新年のお喜びを申し上げます。昨年中は、デイサービスセンターまほろばをご利用頂きありがとうございました。また感染予防対策にもご協力頂き、ありがとうございました。本年も皆様が安心してご利用頂けるよう、引き続き、コロナ・インフル等の感染予防をお願いしながら、楽しいデイサービスにしていきたいと考えています。ご意見やご希望などありましたら、お気軽に職員にお話し下さい。

新しい年を迎え、寒さはこれから本番を迎えます。うがい、手洗い、消毒をこまめに行い、十分な休息を心がけ、体調管理には十分気を付けて頂き、良い一年をお過ごし下さい。

### 【潤青会からのお願い】

・マスク着用は個人の判断となりましたが、病院や高齢者施設などでは、基本的にマスクの着用が求められています。特にデイサービスなど人の集まる場所では、今までと同じような感染対策が必要と思われますので、皆様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。  
また、下記に当てはまる場合は、ご利用を控えて頂きたいので、ご協力お願いします。

- 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・下痢等）
- ご家族様や身近でコロナ・インフルに感染した人が居るなど
- 感染症の疑いがあるとき
- 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。

### 11、12月利用者様作品

クリスマスリース、ポインセチア、干支の壁画、椿の花と葉、扇子飾り、カレンダー



### 手作りおやつ 11月 さつま芋スティックパイ



### 12月 クリスマスケーキ



第164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 宇佐美・田辺

毎月の  
変わり湯

11月

米ぬか風呂 の 効能

1. 美肌効果
2. 肌荒れ・乾燥肌の予防
3. シミ・シワの予防
4. 冷え症の予防

本日の変わり湯  
米ぬか風呂



12月

ゆず湯 の 効能

1. 血行促進 と 保湿効果
2. 疲労回復
3. ビタミンC効果
4. リラックス効果

本日の変え湯  
ゆず湯



### 11月 ハロウィン仮装

10月末からハロウィンにちなんで職員手作りの海賊ハットをかぶり、ゲームを楽しんで頂きました♪

海賊に関連したゲームでボールを転がし、宝箱をゲットし、点数を競いました。職員も仮装し、賑やかな楽しい時間をお過ごし頂きました。



### 四季の行事

### 12月 クリスマス会

25日にクリスマス会を開催しました。クリスマスの為に用意した職員手作りの道具を使って、プレゼント運びやパーティー料理運び競争など皆様と楽しめるゲームを行いました。最後にはサンタさんによるプレゼントくじが行われ、皆様からは笑顔が見られ喜んで頂けたようでした♪



### 1月 行事日程

- |         |                        |
|---------|------------------------|
| 1日～4日   | ・・・デイサービスお休み           |
| 5、6、7日  | ・・・すごろく大会              |
| 中 旬     | ・・・真ほろば温泉              |
| 15日(木)  | ・・・お誕生日昼食会             |
| 16日(金)  | ・・・新春はしご乗り<br>・・・餅つき大会 |
| 22日(木)  | ・・・手作りおやつ              |
| 22日～28日 | ・・・理美容                 |
| 下 旬     | ・・・変わり湯                |

### 2月

- |         |                                   |
|---------|-----------------------------------|
| 3日(火)   | ・・・恵方巻昼食                          |
| 上 旬     | ・・・節分行事                           |
| 中 旬     | ・・・変わり湯                           |
| 16日(月)  | ・・・お誕生日昼食会                        |
| 19日～25日 | ・・・理美容                            |
| 20日(金)  | ・・・手作りおやつ<br>・・・真ほろば温泉<br>・・・駅弁昼食 |

