



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

# つるかめ新聞



11月2日、あんじゅデイケア利用の皆さんがあんじゅ農園で芋掘りをされました。収穫したのは、今年の5月に植え付けたサツマイモ。苦労しながら大物を掘り出すと、歓声が上がっていました。

## 散髪のお知らせ

毎週木曜日の午前中に入所者様の散髪をしています。年内は12月22日まで、年明けは1月5日から実施する予定です。混み合う事が予想されますので、ご希望の方は、早めの予約をお願いします。

カット : 2,000円  
パーマ・髪染め : 5,500円  
※パーマ、髪染めは前日までにご予約を。



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

小野田赤十字老人保健施設

あんじゅ

小野田赤十字 介護医療院

〒756-0889  
山陽小野田市大字小野田3700番地

TEL 0836-88-0222  
FAX 0836-88-4392  
E-mail: anju@onoda.jrc.or.jp

# 新型コロナとインフルエンザを予防しよう！！

冬が近づいてきました。冬は色々な感染症が流行しやすい時期です。特にインフルエンザは、症状だけでは新型コロナウイルスとの判別が難しくなります。

手指消毒やマスク着用など新型コロナウイルス対策は、インフルエンザなど他のウイルスに対する予防にもなります！！

## 一人一人ができる感染対策

### マスクの着用



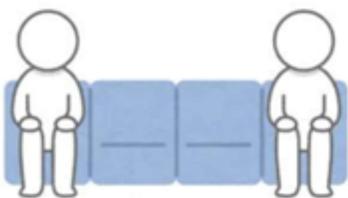
### 手洗い・手指消毒



### こまめな換気



### 間隔を空けて座る



### 加湿（湿度40～60%をキープ）



### 体調不良の時は安静に



## 新型コロナ オミクロン株 対応ワクチン接種のご案内

入所者の方にオミクロン株対応ワクチン接種を希望されるご家族は、市町から届く接種券と予診表を提出してください。なお、対象者は、次が3～5回目接種となる入所者様です。予診票は必要事項を記入の上、接種券と切り離さずに提出してください。

## 医療相談の日

入所者のご家族からの医療に関するご相談をお受けします。  
ご希望の方は、事前にお申込みください。

申込先 相談指導課

(☎ 0836-88-0222)

受付時間 8時30分～17時（土日・祝日・年末年始を除く）

# 介護医療院の出来事

10月19日に職員がハロインの格好をして各部屋を訪問しました。入所者さんも変装していただき、一緒に記念写真を撮りました。



10月27日に介護医療院でレクリエーションを行い、職員がギターの弾き語りをしました。童謡や歌謡曲を熱唱する姿に元気をもらいました。



## 今月のおすすめ献立 (76)

入所者さんに好評だったメニューを載せています。



- ・炊き寄せ寿司
- ・白菜と豚肉の煮物
- ・小松菜のおから和え
- ・味噌汁
- ・ミルクプリン

※写真左下が炊き寄せ寿司



## 衣替えのお知らせ



朝夕肌寒さを感じる季節となりました。入所者様の冬服の準備に際し、下記のご協力をお願いいたします。

記

- ◆冬物衣類に入所者様のお名前が記入してあるか、必ずご確認をお願いします。
- ◆衣類以外についても、名前が消えていたり、消え かかったりしているもの、未記入のものはないか、再度ご確認をお願いします。

# デイケアのご案内

「玄関から玄関まで」を基本に、利用者様の身体・歩行状態、ご自宅周辺の道路状況等に応じて送迎いたします。安全を確保するために、乗降時の介助、車内の見守り等は運転手と介護・看護職員の2名で行っています。まずは、お試し体験してみませんか。



デイケア利用者さんが森の紅葉の小径をちぎり絵で表現されました。

## 老健の出来事



10月21日(金)に老健の屋上でレクリエーションを行い、体操した後に、みんなで軽食を摂って一服しました。



11月9日に老健で誕生日会を行い、11月生まれの3名をみんなでお祝いしました。



食事の前に嚥下体操を行っています。首、肩、口を動かしたり、声を出したり。マスクをしたままで行いづらいますが、毎日美味しくいただくために、皆さん積極的に取り組まれています。



11月7日にレクリエーションで棒体操をしました。頭上に上げたりして一生懸命身体を動かされました。

### 編集後記

■ 先日、職場の定期健診を受けました。年齢を重ねてきただけに、結果が前回より悪くなってはしないか、不安が過ぎります。心配は身の毒と分かっているけど、食欲の秋に、我慢は身体に良くないと思い込み、好物を控えられないのは私だけでしょうか。気付けば、腹回りが……。爽やかな秋も残り半月足らず。これから季節の移ろいを強く感じる紅葉の時期を迎えます。今年も、健康づくりを兼ねて、彩り豊かな樹々の美しさを楽しみたいものです。もう暦の上では冬。朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。皆さん、二つのワクチン接種は済まされましたか。体調に気を配りながら、紅葉する樹々のように、寒い冬を乗り切るための準備をしましょう。(たかさご)

