

# シルバータウン加治木だより

発行日 令和 5 年 11 月 1 日

第 420 号

## 職員日記

10月に我が子の保育園最後の運動会がありました。前日の雨で開催が心配されましたが、当日は晴天に恵まれ無事開催されました。

6年前に初めて参加した運動会はまだ歩く事が出来ず、抱っこでの参加でしたが、今年はオープニングマーチでは小さな体で小太鼓を持ち一生懸命に演奏を頑張っている姿に感動すら覚えました。

各種競技も昨年までは見られなかった競争心も芽生えたようで必死に頑張っていました。

子どもの頑張っている姿に成長を感じ、感動の多い一日でした。



SJ

### 黒柳徹子さんのように

先月のバラエティ番組で若いタレントに混ざり笑いを巻き起こす黒柳徹子さんをお見掛けしました。

黒柳徹子さんといえば「窓ぎわのトットちゃん」。なんと今年で90歳という年齢で「続・窓ぎわのトットちゃん」を書かれたそうです！

そんなパワー溢れる徹子さんが気になり、インスタグラムをチェックするようになりました。

そこには新しい事を恐れず、そのまま自分を認める徹子さんで溢れています。小学生の頃に読んだ「窓ぎわのトットちゃん」と「続・窓ぎわのトットちゃん」を自分時間の楽しみに読んでみたいと思っています。

私も徹子さんのように老若男女問わず会話に花を咲かせる人になりたいと思います。

これからもパワー溢れる徹子さんを応援し続けたいと思います。



OT

## 11月のカレンダー

|                      |             |       |                                     |
|----------------------|-------------|-------|-------------------------------------|
| 1 水                  | お弁当の日       | 1 6 木 | コロナワクチン接種②・消防訓練                     |
| 2 木                  | 芋掘りレクリエーション | 1 7 金 |                                     |
| 3 金                  |             | 1 8 土 |                                     |
| 4 土                  |             | 1 9 日 |                                     |
| 5 日                  |             | 2 0 月 |                                     |
| 6 月                  |             | 2 1 火 |                                     |
| 7 火                  |             | 2 2 水 | インフルエンザワクチン接種①                      |
| 8 水                  | 歯科指導        | 2 3 木 |                                     |
| 9 木                  | 書道教室        | 2 4 金 | インフルエンザワクチン接種②                      |
| 1 0 金                | 移動床屋 (2階)   | 2 5 土 |                                     |
| 1 1 土                |             | 2 6 日 |                                     |
| 1 2 日                |             | 2 7 月 |                                     |
| 1 3 月                |             | 2 8 火 | インフルエンザワクチン接種③                      |
| 1 4 火                | 移動床屋 (3階)   | 2 9 水 | お茶会・インフルエンザワクチン接種④                  |
| 1 5 水                | コロナワクチン接種①  | 3 0 木 | ※ワクチン接種に伴い、入浴日が変更になる時は事前にお知らせいたします。 |
| ※行事や日課は変更になることがあります。 |             |       |                                     |

## 冬季はノロウイルスに注意

ノロウイルスの主な原因食品は牡蠣、アサリ、シジミなどの二枚貝ですが、ウイルス性食中毒の感染は食品からだけでなく、ヒトや食器などからも経路して拡がります。少量でもウイルスが体内に入ると腸内で増殖して、吐き気やおう吐、下痢、腹痛などを引き起こします。幼児や高齢者、病気治療中の人は、症状が重くなる場合もあります。

症状が出たら脱水症状を防ぐために十分な水分と栄養を補給しましょう。

また、医療機関を受診する際は、感染拡大を防ぐために事前に電話を入れ、医療機関の指示に従って受診するようにしましょう。(協会けんぽHPより抜粋)



### マスク着用継続のお願い

当施設への来所(窓口来所、面会来所など)の際は、マスク着用にご協力くださいます様お願いいたします。

### 面会について

お一人の入所者様につき、月1回とさせて頂いております。

兄弟姉妹・ご親族様等で良く話し合われたうえでの予約をお願い致します。

予約・お問い合わせはお電話でお願いいたします。

☎ 0995-62-5755

### シルバータウン加治木ホームページ

行事等の報告はホームページの「シルバータウン便り」にも載せています。ぜひ、ホームページもご覧になって下さい。

シルバータウン加治木ホームページ

<http://kajiki-shokikai.jp/silver-t-k/>



## 栄養士のつぶやき

### 11月からが旬！「ごぼう」の効能効果

ごぼうの旬は11月～1月にかけて。

ゴボウの旨味を味わうには、泥つきが一番とされています。食物繊維を多く含み、生活習慣病予防の強い味方であり、整腸作用があり、便秘の人に効果的です。

また、余分に摂取した動物性脂肪の吸収を妨げるので、動脈硬化の予防になるほか、繊維質が発がん物質を体外に出す働きもあります。



### レクリエーションの様子

～音楽療法より～



施設や職員に対し、ご利用者様やご家族様からのご意見・ご要望をお待ちしております。  
どんな些細な事でも構いませんのでお聞かせ下さい。