

みのりのデイ通信

住所：岩内郡共和町南幌似57-13
電話：0135-71-2580 fax：0135-71-2345
発行責任者：施設長 小嶋 龍治

今年一年ありがとうございました 良いお年をお迎えください

いよいよ、今年もあと一ヶ月となりました。
 この一年、みのりの里ではたくさんの出会いがありました。
 通われる方々も、昨年と比べると一日あたり5名ほど増えたので
 毎日とても賑やかで、楽しい会話が飛び交う場となりました。
 このような楽しい場にすることができましたのも、
 雨の日も風の日も頑張って支度をして、みのりの里へ通って下さり
 それぞれの目標を持ちながら体操やプログラムに取り組まれた
 皆様の努力のおかげです。
 一年間、本当にありがとうございました。
 今年も残すところあとわずかとなりましたが、これから
 皆さんがお元気にここへ通うことを楽しみにして下さるような
 デイサービスセンターづくりをしていきたいと思ひます。
 どうぞ、また来る年もみなさんと楽しい時間をともにできますように！



お誕生日おめでとうございます☆

大正 12 年 12 月 4日

昭和 6 年 12 月 11日

昭和 11 年 12 月 18 日

大正 14 年 12 月 31 日

文化祭の見学に行きました

11月3日から生涯学習センターで展示されていた
 町民の方々が制作した様々な作品の見学へ行きました。
 デイサービスからも、日々作り上げてきた作品を出品しました。
 「とてもお上手ですね。どうやって作るのですか？」と来場の方々から
 お褒めの言葉もいただきましたよ☆
 作品を出展された方には、共和町から参加賞を戴きました。



東陽小4年生が来てくれました

11月10日の木曜日には、東陽小学校の4年生の皆さんが
 学芸会で発表した出し物や器楽演奏、本の音読などを
 元気いっぱい披露してくださいました。
 優しくてかわいらしい子どもたちに、思わず涙をこぼす方も。
 最後は、みなさんと握手をして、お別れをしました。
 デイサービスの皆さんからは、4年生の皆さんへ
 手作りのしおりと、あめ玉をプレゼントしました。
 寒い中、心温まるひとときでした。



今月のDIY活動は...!!

11月は、利用者全員でDIY活動を行いました。

今年一年のDIY活動の集大成ともいえる、今回の活動は、稲わらの始末です。

細田さんのお宅から頂いた藁を半月ほどかけて干し、余分な葉っぱを取り除いたり、向きをそろえて束ねる作業を行いました。

束ねられた藁は、男性利用者さんが主体となって 毎日木槌を使って トントンとたたき、11月28日にようやくすべての藁の始末を終えました。

今は、きれいに整えられた稲わらで、しめ縄を綯う作業を行っています。



MerryChristmas!

先日の共和町文化祭にも展示をしましたが、今年はまつぼっくりでクリスマスツリーを制作しました。今は施設大ホールに展示をしていますが、近日、みなさんへお返しいたします。ぜひ、おうちに飾ってくださいね。まつぼっくりを寄贈してくださいました菊池さん、ありがとうございました☆



健康寺子屋



インフルエンザ対策していますか？

今年も残すところ一ヶ月…。この時期になると、やっぱり

インフルエンザの流行が気になりますね。

みなさんは、インフルエンザの予防接種はお済みですか？

予防接種の効果と目的について

1 三価ワクチンから四価ワクチンへ

昨年までのインフルエンザワクチンには、3種類のインフルエンザウイルスのワクチンが含まれていました。

それが、今シーズンからは、4種類のインフルエンザに有効なワクチンが含まれるようになりました。

2 予防だけを目的とはしていません！

インフルエンザの予防接種をしても、なぜかインフルエンザになってしまったという方を御存じの方もいるでしょう。

実は、インフルエンザの有効性は60%程度で、子どもではさらに低下します。それでも予防接種をお勧めするのは、たとえインフルエンザになってしまっても重症化を予防することが期待できるからです。

インフルエンザは、単なる風邪とは違い、脳炎や髄膜炎、重症肺炎になることもあります。それを予防接種で防ぐことができます。

予防接種の効果を十分に発揮するために！

最近、キノコの「マイタケ」に含まれる成分が、インフルエンザウイルスの増殖を抑える効果があることが分かり、それだけではなく予防接種後の体に対して、予防接種の効果を高める働きをすることが分かりました。

そのほかにも、マイタケには、ビタミンD・リン・亜鉛・カリウム・ナイアシン・マグネシウムや食物繊維など栄養豊富で、体を作ったり代謝を促進する働きがあります。今年、北海道で開発された「大雪華の舞1号」には、インフルエンザウイルスのワクチン効果をぐんと高める効果があるそうですよ！

日々のお食事に、上手に取り入れてみてはいかがでしょうか？

編集後記

インフルエンザが、例年よりも早く猛威を振るいだしたとのニュースが流れていますが、それと同時にノロウイルスの流行も聞かれるようになりました。

11月10日にはみのりの里全職員で、ノロウイルス等の感染対策研修会を行いました。

感染症に罹患することなく、元気に年末年始を過ごしたいですね！

