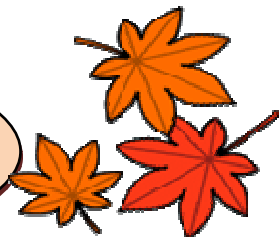


11月 菱形だより



医療法人社団 郁栄会
小規模多機能型居宅介護事業所 シニアクラブ菱形
平成23年 11月 7日 発行

今月の行事予定

4日...大正琴 (ボランティア)

10・17日...小旅行

今年も、小旅行を計画致しました。

桜の馬場、城彩苑を予定しております。

当日は、寒いと思われる為、防寒着ジャンパー等
を持参下さい。

《ご挨拶》

早いもので、今年も残す所あと2ヶ月
となりました。

いきなりの冷え込み、日中はまだまだ
暑い日もあり、体調も壊しやすい為、
健康管理に注意していきましょう。



先日のシニアクラブの運動会には、地域の方やご家
族様の多数ご参加、ありがとうございました。

ご利用者様の生き生きとした笑顔が見られ、
職員一同とても嬉しく思います。

さて、今月は一大イベント「小旅行」
があります。
紅葉の秋を楽しみながら、思い出を
沢山作れたらと思います。



乾燥について・・・



寒くなるにつれ、肌がカサカサしたり、痒くな
ったりする方が多いかと思えます。

皮膚の乾燥対策として、保湿クリーム等をご持
参頂けると、入浴後に塗布できます。

また、空気の乾燥も気になり始め、加湿器など
を使用されると良いですが、代用として湿らせ
たタオルを部屋干しでも効果はあります。

寒い冬と上手に付き合っていきましょう！



◇シニアクラブ菱形◇ 理念

あなたらしく
私らしく
笑顔がいちばん

【編集後記】

木々も色付き始め、寒さも日ごとに増し、秋の気配を感じています。
温かいお茶が美味しくなってきましたね。お茶(緑茶)には、カテキンが含まれている為、
お茶うがいをすると効果があり、インフルエンザ予防にもなります。
私も帰宅した時は、お茶うがいをしています。皆さまもお茶うがいや手洗いをし、
予防に努めましょう。

(松村)

