

保健だより

～ 冬本番・・・感染症に注意しましょう ～

インフルエンザやノロウイルスによる感染症が増えてきています。感染症にかからないように十分な栄養と睡眠をとって抵抗力を高め、外出したら手洗い・うがいを心がけましょう。

手は汚れているように見えなくてもウイルスなどがついていいる可能性があります。石鹸をつけてしっかりと洗うことが大切です。親指や指先・指の間は手洗いが不十分なことが多いので、ウイルス流行の時は2回を洗うことをお勧めします。アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。

うがいも口の中にウイルスをとどませないようにするだけでなく、のどに潤いをあたえ粘膜の働きが弱まるのを防ぎます。特にインフルエンザウイルスは乾燥したところで増えます。のどの乾燥にも注意が必要です。

まだまだ寒く感染症の流行も続きますが、元気に冬を乗り越えましょう！



施設月間予定

<2月>

- 5日 内科診
- 6日 苦情アドバイザー巡回
クラブ
- 8日 全体行事
- 13日 理美容
- 20日 クラブ

<3月>

- 5日 内科診
- 6日 クラブ
- 13日 理美容
- 15日 地域交流会
- 20日 クラブ
- 29日 バス運休

編集後記

新しい年が始まり、平成も残りわずかとなりました。新しい年号は何になるのでしょうか。綾瀬あかしあ園は今年もふおらんやイベントなどで地域の方たちと楽しく過ごしていきたいと思ひます。本年も綾瀬あかしあ園を宜しくお願ひ致します。



あいのわ福社会

Ayase River Times

みんなで「ほっと、いっしょに、いきいきと」
～安心・信頼を大切に 共に考え・学び、お互いの自己実現を目指します～

スターバックス交流活動

今年も利用者みなさんが待ちに待っていたスターバックス交流活動が12月10日(月)に開催されました!スターバックスの各店舗から社員の方とパートナースタッフの方が約12名来園し、美味しいコーヒーやジュースをその場で用意して頂き、コーヒーの良い香りを楽しみながら、スタッフの方との交流を深めました。

また、企画や事前準備についてはAグループの利用者の方が中心となり、装飾については、Bグループ、Cグループ、Dグループの利用者の方が中心に準備し、よりスターバックスの雰囲気を感じてもらう為に、みんなで協力し取り組みました。

当日は舎人あかしあ園の利用者の方と職員も数名参加され、利用者の方達も美味しいコーヒーやジュースを飲めた事はもちろんですが、スタッフの方や他施設の方とのコミュニケーションを通して、普段見られない表情や会話をし、貴重な体験や経験へと繋がる事が出来ました。また、スタッフの方達の丁寧な対応や姿勢から、改めて私たち職員も学ばさせて頂く事は多くあり、思い出に残る交流活動となりました。



地域交流会

12月21日に第3回地域交流会を開催しました！

今回の企画は「みんなでフラダンスを踊ろう」と「みんなでクリスマスツリーを飾ろう！」の2本立てで行いました。

午前中は『チームアロハ』の方々にフラダンスを披露していただき、途中から観客も一緒に参加。自然と手拍子が出たり一緒に踊ったり、沢山の笑顔が皆さんに見られました。

午後にはCグループが中心となり日頃から創作活動で行っているフェルトボール作りとポンポン作りを行い、ふわふわの色鮮やかな丸い飾りがツリーに付けられました。園芸活動でご協力頂いている『ふれあいサロンむつみ会』の方々にもご参加いただき、華やかなツリーが完成！皆にお披露目をすると歓声が上がっていました。

また、参加していただいた皆様をおもてなししようと、わたあめと試食カレーの配布をしました。綾瀬ひまわり園の方々にも参加いただき、実際にわたあめを作って楽しむ方や出来上がったわたあめを頬張りにっこり笑顔を見せる方など、皆さんそれぞれに楽しんでいる様子でした。

ご協力をいただきました皆様ありがとうございました。



Cグループ活動報告

Cグループは、個性豊かなメンバーが集まり、日々楽しく賑やかに過ごしています。活動では音楽&身体、調理、リラクゼーション、レクリエーション、洗車、園芸、創作などを行っています。

様々な活動の中から園芸活動についてご紹介いたします。昨年度から『公益財団法人東京都公園協会』より助成を受け、花の苗や球根、種を購入して育てています！

春にはチューリップなど色鮮やかな花を育てて施設前を華やかに飾ったり、ドライフラワーにしたり、夏には屋上で育てたぶどうを収穫してジャムを作りました。秋から冬にかけては種や球根を植えました。種まきをした後、根気強く水やりをすることで小さな芽が出て大きくなって行く様子を毎日観察するなど植物の成長を楽しんでいます。

また、今年度からむつみ会の方にご協力をいただき、一緒に種まきや苗の植え替え、草取りなどを行っています。活動を通じた地域の方との関わりに、会話の話題や積極的なコミュニケーションなどが見られ、楽しい時間となっています。

今後も色々な植物を育てる中で喜びややりがいを見つけていくと共に外部の方との関わりを深めていきたいと思っております。みなさんお近くにお越しの際にはぜひ見に来てください!!

