

フォーライフ桃郷便り

発行所 毎日寿心社 世田谷区北烏山7-8-11 TEL03-3300-1600

12月号

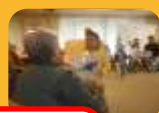
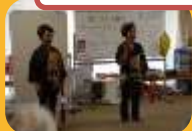
個展鑑賞



マジックショー



3条ハロウィン



いちご保育園 交流会



3条ハロウィン

2条外出 神代植物公園



フラワー アレンジメント



た。ツ外 二 十一 二
ッ出 条 月 弾。
を代 外 五 。を神 出 日
堪代 植 物 公 園 へ

マ マ 舞 西 三 賞 名 を 個 十 会
ジ 外 二 十 二 午 公 三 十 十
ッ 部 月 月 職 園 条 月 展 の 展 月 ち
ク ボ 三 十 員 へ 前 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十
シ シ 日 九 振 近 日 賞 入 入 六 十
ョ シ 日 日 ウ 隣 日 入 居 日 日 五
ー ー 日 日 ウ 日 の 者 者 日 日 日
第 第 日 日 ウ 日 の 者 者 日 日 日

舞 西 三 賞 名 を 個 十 会
い 二 十 午 公 三 十 十
ま 月 月 後 園 条 月 展 の 展 月 ち
し 九 日 後 へ 前 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十
た 日 日 ウ 日 の 者 者 日 日 日

を 午 公 三 十 十
皆 後 園 条 月 展 の 展 月 ち
食 は へ 前 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十
べ 特 お 出 中 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十
ま 製 お 出 中 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十
し ケ 出 中 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十
た ケ 出 中 ハ 十 鑑 開 鑑 二 十

賞 名 を 個 十 会
し の 展 十 十
て ご 入 十 十
き 入 居 日 日
ま 者 者 日 日
した 者 者 日 日
と 者 者 日 日
鑑 者 者 日 日

た び 会 十 十
♪ 五 ち 十
に 才 十 十
来 児 十 十
て さん 十 十
く くん 十 十
れ くん 十 十
ま が 十 十
ま が 十 十
し 遊 十 十
遊 十 十

職員紹介 Vol. 27

見瀧 崇 (みたき たかし) デイサービス ドライバー



★出身は？ 青森県八戸市

★血液型は？ B型

★趣味・特技は何ですか？ 美味しい食事で美味しいお酒をのむこと

★子供の頃の憧れのヒーローは？ 長崎 茂雄

★自分のセクシーだと思う仕草は？ 車椅子を押しているときの前腕

★最近あった良いことは何ですか？ 仕事の幅が増えたこと

★尊敬する人物は？ 植木 等

★好きな女性のタイプは？ 昭和の snacks 顔

★デイサービスの「ここが自慢」というところは？ アットホームなところ



鈴木 規雄 (すすきのりお) デイサービス ドライバー



★出身は？ 東京都港区

★血液型は？ A型(O型寄りの...)

★趣味・特技は何ですか？ 海での投げ釣り (最近行けていませんが...)

★子供の頃の憧れのヒーローは？ エイトマン

★好きなアーティストは？ ジェイムスブラウンのバックバンド

★最近ハマっていることは何ですか？ ユーチューブ(内容は秘密...)

★宝物は？ 子供

★デイサービスの「ここが自慢」というところは？ 職員さんの素敵な笑顔



知って安心 感染症の基礎知識



これから冬を迎えると感染症が流行するシーズンになってきます。今回のフォーライフ桃郷便りでは冬季に流行する感染症の中で代表的な感染症（インフルエンザとノロウイルス）の基礎知識についてについて簡単ではありますが取り上げたいと思います。

インフルエンザ

【症状】 突然の高熱（※高齢者の場合高熱が出ないこともある）、悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感、咳等

【感染経路】 感染者の咳やくしゃみの飛沫が目・鼻・口から入ることによって感染する飛沫感染とウイルスが付着した物を手で触り、その手で目・鼻・口を触り感染する接触感染が主な感染経路。

【予防方法】 手洗い、うがいの励行。室内の乾燥を防ぐ。流行時期の外出は控える。バランスの良い食事と十分な睡眠をとる。

【消毒方法】 アルコール（70%以上の濃度）、塩素系消毒液

ノロウイルス

【症状】 嘔吐、下痢、腹痛、発熱

【感染経路】 ウイルスが口から入ることによって感染する経口感染。（ウイルスに汚染された食品（牡蠣等の二枚貝）を、生または十分に加熱しないで食べた場合。感染した人の糞便や嘔吐物に触れ、手指等を介してウイルスが口から入った場合等。）

【予防方法】 手洗い、二枚貝を食する場合は十分に加熱する。

【消毒方法】 85℃1分以上の加熱、塩素系消毒液

烏山いちご保育園 交流会



10月25日（水）午後、近隣の保育施設「烏山いちご保育園」ぞう組（5才児クラス）の園児10名が遊びに来てくれました。

はじめに、ぞう組で流行っている玩具を紹介し、作った動物や乗り物の写真をご利用者一人ひとりに見せてくれました。次に、曲に合わせて全員でダンス♪3曲ほど飛んだりはねたりする可愛い姿をふんだんに披露してくれました。最後は参加したご利用者全員と握手をして閉会となりました。

子どもたちが立っているだけでも、皆様から「可愛いわねー」と歓声が湧いていました。一所懸命に作品やダンスを披露している姿をみて、顔がニヤーっとしたり「よくがんばったねー」「偉いぞー」と優しく声をかけていたため、子ども達も大喜びでした。最後の握手では「気をつけて帰るんだよ！」と言いながらも手が中々離せない（手が離れない？）様子でした。

交流会第2弾を計画中♪

次回は11/27（月）の午前中。パンダ組（4才児クラス）が来所します。乞うご期待！！



生活相談員 橋本 敏

地域貢献事業 1コインランチ

第3回、1コインランチを実施しました！

- ① 烏山地域等近隣に住んでいるかた
- ② 60才以上
- ③ 老夫婦世帯、または独居のかた

「外出の機会」や「施設を知るきっかけ」となる事を目的として、烏山町内会や民生委員の皆様をはじめ、烏山社会福祉協議会、烏山あんしんすこやかセンターへご協力をいただき、事業を実施しました。和やかで有意義な時間を過ごすことが出来、好評もいただきました。ご協力いただきました皆様、ありがとうございます。次回は3月を予定しております。



メニュー（今回は中華です♪）

- ご飯
- 卵入りコーンスープ
- 豚の角煮
- 春雨中華サラダ
- 柿



- デザート
- 杏仁豆腐（杏ソース）



施設での行事およびイベント紹介

【11月イベント予定】

- 11月18日（土）売店
- 11月25日（土）東3条イベント
- 11月26日（日）家族説明会
- 11月27日（月）いちご保育園交流会
西2条誕生日会

【12月イベント予定】

- 12月3日（日）日曜喫茶（ピアノ演奏付き）
- 12月7日（木）三鷹ブチ・クレイシュ（保育園）交流会
- 12月17日（日）クリスマス会（デイ・ショート）
- 12月24日（日）クリスマス会（2条）
- 12月26日（火）クリスマス会（3条）

編集後記

未来の自分への投資

多くの企業が働き方改革に取り組んでいる現在、ワークライフバランスという言葉が注目されています。簡単に言うと仕事と生活の調和でしょうか。生活が充実することで仕事はかどりがよく、仕事がかどりがよく、生活が潤うといった相乗効果のことを指しています。どちらかに偏るのではなく、あくまで調和を図ることが重要です。

また、働き方改革の中で残業問題も大きくクローズアップされています。現在の社会では「残業はいいこと」のようなイメージが定着しています。もちろん残業なく仕事をすることが理想であることは私も理解しています。但し、残業をマイナスのイメージとして働くことには少し違和感も感じています。もちろん色々な考え方があって当然です。ただ、私の個人的な考え方としては、残業も未来的な考え方としては、残業も未来の自分への投資だと考えて働いています。実際に若い頃は（今もそうですが、笑）ただがむしゃらに色々なことを吸収したくて働いていました。そのことがきつと今の自分の財産に繋がっていると感じています。

働き方改革も重要なことであると思いますが、働く側である私たちの意識を改革することでより高いモチベーションで仕事に取り組むことができ、結果としてワークライフバランスに繋がるのではないかと私は思っています。

編集長 水上 健