



いろどりの家・大池便り

2025年1月号



新年 明けましておめでとうございます。

旧年中はご利用者様やご家族の皆さまにご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

本年も、ご利用者さまが安心して笑顔で過ごせるよう、職員一同努めてまいります。

ご利用者さま、ご家族さまにとって良い年になるよう、心からお祈り申し上げます。

今年は、阪神・淡路大震災 30 周年になります。6434 人の尊い命が失われ、未曾有の大震災が今も思い出され心が痛みます。東北大震災でも介護施設が流され、介護を必要とする多くの方が路頭に迷いました。

当施設も日常から災害に耐えうる事が出来る様に訓練を重ねて行く所存です。

年が明け、インフルエンザが蔓延しています。

今年も感染防御を徹底し、安心してご利用できる様務めてまいります。

楽しいイベントも工夫し、出来るだけ個人を尊重し楽しい時間が提供できる様に工夫して参ります。本年もよろしくお願い致します。

2025 年 元旦  
いろどりの家 大池  
所長 河石茂子

いよいよ冬到来 新型コロナも インフルも 感染予防の本番

**予防の基本を徹底!**

- ▼マスクの着用や咳エチケット、手洗いの徹底
- ▼「密接」「密集」「密閉」の回避
- ▼特に冬は、こまめな換気(1時間に2回程度)や湿度を保つ(50~60%)ことを忘れずに!
- ▼発熱などの症状があれば、学校や会社を休む

**免疫力をアップ!**

▼冬になると、身体を動かすことが少なくなりがちですが、適度な運動をするなど、免疫力を高めておくことが大切です。

適度な運動      十分な休養      栄養バランスのとれた食事

**年末年始は要注意!**

**飲酒を伴う懇親会など**

- ▼気分が高揚すると、注意力が低下
- ▼聴覚が鈍化し大声になりやすいので注意
- ▼回し飲みや箸などを共用しない



手を洗おう      消毒しよう      うがいをしよう  
マスクをしよう      換気をしよう      うちで過ごそう



# クリスマス会の様子



## ・1月の予定

- ・ 1/4 (土) おせち料理
- ・ 1/21 (火) いろどり喫茶



27日にクリスマス会が開催されました。クリスマスならではの料理、外部から合唱団の方が来られ一緒に合唱されたり、おやつを召し上がってからは千本引き大会をしてプレゼントをお渡しさせて頂きました。皆様とても喜ばれていました。

