

2020年

デイ便り

11月号



GO・TO
トラベル



一円玉は、
このくらいか
な？

問題！
一円玉の直径は？

う〜ん？



目指せ！
沖縄
1000点



クイズ
その通り〜

なかなか
難しい

月に
向かってGO!

??...



1000点
目指して

無理〜

お仕上げ
ですな

狙って〜
えい〜



真剣
そのもの!

これでい
いかな？

これで
どうだ

飛んだ？



10月のレクの様子です。
手指消毒をしながら
楽しんでいただきました。

写真撮影のご協力ありがとうございました


感染予防にご協力をお願い致します！

現在、感染予防のご協力をお願いしております。冬季になり当施設をご利用される皆様には、インフルエンザの予防接種を推奨させて頂いております。ワクチンの接種状況を把握させて頂きたいと思っておりますので、予防接種が済みましたら連絡帳にてご一報頂きますようお願い致します。また、ご家族が感染症（インフルエンザ・ノロウイルス・コロナウイルス等）に感染した場合も、お知らせください。


～菌ミガキについて～

洗面台へのご案内は、昼食が終了した方よりお声掛けて順番で呼びしています。ご不便をおかけしておりますが引き続きご協力をお願いします。


暖房を使用する季節になりました。感染予防のため換気を行いますので調節ができる上着などのご持参にご協力お願いいたします。

11月	日	月	火	水	木	金	土
入浴女性先	1	2	3	4	5	6	7
健康週間	DVD&脳トレ ジュージューお好み焼き(ジュージューいくつ焼けるかな?)						
入浴男性先	8	9	10	11	12	13	14
	DVD&脳トレ Let's 酉の市(ピンポン玉を飛ばして酉の市をめぐるみましょう)						
入浴女性先	15	16	17	18	19	20	21
	◎DVD&クラブ活動(習字、手作業、他いろいろ) 脱出! 謎解きクイズ(クイズを解いて扉を開けて)						
入浴男性先	22	23	24	25	26	27	28
	ビンゴ!(いくつビンゴそろうかな?) どんぐりコロコロ  池ポチャゴルフ(どんぐりを池にホールインワン)						
入浴女性先	29	30					
	◎DVD&脳トレプリント 未定12月号に掲載します						

<今月の体操>
柔




<健康週間>
感染予防と手洗い




コロナに負けるな!
私たちに出来ること

お誕生日週間
11月23日~28日



免疫力とは、体内に発生する異常な細胞を除去し体内に侵入してくるウイルスや病原菌から身体を守る為に重要なものです。腸内環境を良好に保てる食事をする事によって免疫力を高める事が可能です。良く言われている、納豆・ヨーグルト・キムチ・味噌などに代表される発酵食品には、腸内の善玉菌を増やす働きがあり免疫を高める食事の基本と言えます。毎日の食事にとりいれたいものです。抗擬菌薬を内服している方は、医師にご相談下さい。



ご家族様へ・・・デイ便りへのアンケートのご協力ありがとうございました。貴重なご意見をもとに今後のデイ便り作成に活かしていきたいと思ひます。

《栄養科検査簿より》
●敬老の日のメニュー☆天ぷらが美味しかったです。
↓ありがとうございます。来年も喜んでいただけるような敬老の日のメニューを提供します。

●わかめごはんが、美味しかった。
↓以前、提供したこともありましたが、今回は全て手作りでしたので「美味しい」と言っていただけで嬉しいです。

介護老人保健施設 牧野ケアセンター
〒221-0864
横浜市神奈川区菅田町 1481-1
TEL:045(472)9111 / FAX:045(472)9136

