

朝光苑デイサービスセンター

2019年 1月号



ノロウイルスを防ごう！！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通じて発生していますが、特に冬場に流行します。ノロウイルスは普通の細菌よりずっと小さく、手指や食品などを介して、経口で感染し、人の腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な人は軽症（1日～2日）で回復しますが、乳幼児やお年寄りなどでは、重症化することもあります。潜伏期間は1～2日、感染しても症状の出ない人もいます。また、下痢が治っても、しばらく便中にウイルスが排泄されますので、油断しないようにしましょう。

看護師 安田



年末お楽しみ会

年の瀬も迫るこの時期の行事と言えば年末お楽しみ会！今年も行いました。今年はクリスマスの音楽をハンドベルで演奏してみました。練習時間もあまりとれない中で、間違えもほとんどなく？素敵なベルの音色がデイサービスのフロアに響き渡りました。ハンドベルの他にギターとキーボードの合奏もあり、クリスマスの音楽をたくさんお届けすることができました。曜日によって内容もちがいますが、フルーツ演奏、落語、一年の振り返りのスライド上映、職員クイズ大会、デイサービスの今年の一文字など、盛りだくさんの午前中と、ケーキ作り、サンタからのプレゼントの午後とで内容の濃い一日でした。デイサービスの今年の一文字は「新」です。玄関に今年の一文字が飾ってありますので、デイサービスに来られた時に是非見てください。これから毎年恒例になるかもしれません。介護職員 酒井



1月の予定

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	お正月休み					
7	8	9	10	11	12	13
音楽活動		PT		PT	PT	
14	15	16	17	18	19	20
営業日	PT	PT				
	餅つき					
21	22	23	24	25	26	27
	フルーツ		PT 書道	カレンダー作り		
28	29	30	31			
カレンダー作り						

※PT＝理学療法士が運動を中心としたリハビリテーションを行います

介護ニュース

入浴が高齢者の健康にとって良いと言われていいます。まず入浴の直接的な効能として、血行不良や、関節の炎症など、体を温めることで改善が見込めます。睡眠不足に対しても、入浴によって血行が促進、発汗によって副交感神経が刺激され、安眠効果を得ることができるとされています。認知機能の低下やうつを予防するという点も、入浴の大きなメリットです。ただ長湯は禁物です。理想は41℃以下のお湯に10分以内の入浴だそうです。 介護職員 酒井

1月(暮らし)

初詣 書初め 新年会 初釜 寒中見舞い

1月(旬の食材)

野菜

かぶ 白菜 水菜(みずな)
れんこん 春菊 大根 人参
ねぎ ほうれん草 カリフラワー
ごぼう 小松菜 ブロッコリー

魚介

鮫(あんこう) 鱈(たら) ヒラメ
フグ 鰯(ぶり) 海老 蟹 牡蠣
シジミ キンキ 蛤 鰯(いわし)

果物

金柑 みかん



求人情報

朝霞地区福祉会 正規職員

・ 看護師 ・ 介護職員

平成31年度卒業新卒者も募集中！

・ 介護職員 ・ 保育士

法人内施設におきまして
パート職員も募集しております。
各種求人情報の詳細は
HPをご覧ください。