



第二静光園だより

秋

33号

令和元年10月31日発行

社会福祉法人ひかりの園 養護盲老人ホーム 第二静光園
〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町8091番地の8 TEL 053-428-3128



納涼カラオケ大会

8月29日納涼カラオケ大会が行われ、カラオケと盆踊りで夏を楽しむことが出来ました。5名の利用者さんが浴衣を着て、美女に変身♪美味しいアイスも食べ、楽しい一時でした。



敬老の式典

9月14日敬老式典が行われました。この式典ではクラブ発表がある為、クラブに所属している利用者さん達は毎日一生懸命練習に励んできました。本番では、練習の成果が発揮され大成功でした。

また、今年は喜寿の方が1名、米寿の方が1名、90歳以上の方が8名いらっしゃり、皆でお祝いしました。いつまでもお元気にお過ごしください！

午後は三方原ハーモニカクラブの2名の方の演奏があり、皆さん懐かしい曲に口ずさんでいらっしゃいました♪素敵な演奏をありがとうございました。



運動会

10月1日は運動会でした。赤組と白組に分かれ、玉入れ、パン選び競争、応援合戦、ボール送りを行いました。利用者さんも元気に盛り上がっていましたが、一番熱が入っていたのは実は職員なんです（笑）

今年はなんと白組の逆転優勝！！最後の最後までどちらが勝つか分らないほど良い勝負でした。興奮した一日でした！



秋季遠足

10月15日にバス旅行で「富士山静岡空港へ」、10月24日は半日コースでイオン志都呂へ行ってきました。

富士山静岡空港では観光客の他国の言葉に触れ、そして飛行機の音を聞きながら「皆で海外に行こうよ」と話が弾み、空港内を楽しみました。半日コース当日はあいにくの雨でしたが、美味しい物を沢山食べてお腹がいっぱいでした。



行事予定

11月
総合防災訓練
みかん狩り
食事付買物外出



12月
クリスマス会
餅つき



1月
新年祝賀式
初詣
新春ゲーム大会



免疫力アップでインフルエンザ対策!

全国健康保険協会より

今年の夏は、気温も湿度も高い日が続き、体力や免疫力が思った以上に消耗しているかもしれません。今のうちに体のメンテナンスをしっかりとっておくことも大事な対策ですね。

インフルエンザ対策のポイント

「症状を悪化させない対策」＋「感染を防ぐ対策」



①まずは免疫力チェック! 最近の自分を振り返ってみましょう!

- ・朝食を食べていない ・野菜類を食べていない ・偏食がある ・睡眠不足である
- ・ストレスが溜まっている ・あまり運動をしない ・最近大笑いしていない ・タバコを吸っている
- ・口内炎や口唇ヘルペスを繰り返して発症している

②自分の「心がけ」と周囲への「気配り」でウイルスをシャットアウト!!

- 手洗い・うがいをしましょう。●清潔な手で口・鼻・目を触るようにしましょう。
- 人ごみをなるべく避けましょう。●インフルエンザにかかったら、なるべく外出は控えましょう。
- 咳エチケットで、飛沫の拡散防止! マスクを忘れずに!
- 咳やくしゃみの際は、他の人から顔を背け、1～2m以上は離れましょう。

③流行前にインフルエンザワクチンを接種しましょう!!!



秋は、読書しながらゆっくり過ごしたり、早めに就寝するなど、心と体のメンテナンスをしましょう!

苦情・相談

〈8月、9月、10月の苦情・相談等の報告〉



「懇談会」及び「相談コーナー」で受け付けた苦情等を報告致します。

- ①トイレの蓋をしないで、流さない人がいる。→ご利用者に使用後は蓋をして流して頂くようにお伝えする。
 - ②トイレを汚してしまった際にナースコールを押して下さいと職員は言われるが、ナースコールの場所を知らない人がいるのではないかと。→知らない方を何うと2名の方が手を上げられた為、懇談会終了後にナースコールの場所をお伝えする。
 - ③トイレのナースコールが分りづらいので印をつけてほしい。→ナースコールは壁より飛び出している為印はなくても分かりやすいこととお伝えする。
 - ④ペーパーの入る向きが違う時があるので確認して入れてもらいたい。→「ペーパー補充には一層気をつけて行きます」とお伝えする。
 - ⑤ペーパーが空なのに職員に伝えない利用者がいる。→その場でご利用者へ伝えて頂くようお願いをする。
- 受け付けた苦情等につきましては、迅速かつ適切に対応し、解決を図るよう努めています。

編集後記

皆さんは11月1日は何の日か知っていますか? 11月1日は「点字の日」です。フランス人のルイ・ブライユが考案した6点点字を基礎にして、日本語に合うように研究と工夫を重ねて「日本の点字」が完成しました。実はこの「日本の点字」の考案者の石川倉次さんは浜松市出身なんですよ!! 視覚障がい者にとって点字は情報収集に必要な道具の1つです。これからも大切にしていきたいものですね!



あ り が と