

# ひらはらの郷 デイサービスだより

発行日: 令和元年11月1日  
 発行元: デイサービスセンター  
 ひらはらの郷  
 〒722-0018  
 尾道市 平原一丁目10番30号  
 TEL(0848)21-2225

No.113



## 運動会



スポーツの秋ですね。デイサービスセンターひらはらの郷では、運動会を開催しました。棒つなぎリレーや玉入れ、椅子取りゲーム等を紅白に分かれて競い合いました。大きな声援や歓声があがり、笑顔があふれ、楽しいひとときを過ごされました。



## 神輿巡行

ワッショイ!  
ワッショイ!



小雨の中、鳥須井八幡神社のお神輿がワッショイ!ワッショイ!と威勢の良い掛け声と共にやってきてくれました。

## おやつ作り

秋の実りの芋を使いスイートポテトを作りました。芋の形を整えて、こんがり焼き上がったスイートポテトを美味しく頂きました。



## ◆ケーキバイキング◆



チョコやムース、チーズ等いろいろなケーキを食べられ皆様笑顔で楽しいひとときを過ごされました！

### 看護師だより

朝夕の気温が下がり日中も肌寒くなってきましたね。寒くなると喉が乾燥しウイルスなどの菌が入りやすくなり風邪の原因となります。外出から戻られた際には、うがい・手洗いをを行う事で感染予防になります。さらに、マスクを着用すると乾燥を防いでくれます。喉にスカーフやマフラーなどを巻いて、暖かくするのも良いですね。また、生姜や根菜類には身体が温まり免疫力を高める効用があるそうです。さて、インフルエンザの予防接種はお済ですか？接種後1ヶ月程度で免疫が出来て3～5ヶ月程度効力があるようです。早めに予防接種を行いましょう。

## 11月のイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1 散髪	2
3 お休み	4	5 おやつ作り	6 誕生会	7 おやつ作り	8	9
10 お休み	11 おやつ作り	12	13	14 散髪 売店	15	16
17 お休み	18	19 誕生会	20 誕生会 散髪	21	22	23
24 お休み	25 誕生会	26	27 誕生会	28 売店	29	30
お休み ←←←～10種の植物エキス配合 ホットハーブの香りの湯～→→→						

### ◆あどがき◆

秋が一段と深まり、紅葉が見ごろとなりましたね。皆様も紅葉狩りにお出かけてしてはいかがでしょうか？ところで私は先日、新造船の進水式に出かける機会がありました。造船所内の匂いや大きなクレーン、そして轟音と共にゆっくりと大きな船が海に滑り出す光景を見ているとまさに子供のころに見た進水式の記憶が鮮やかによみがえり懐かしい気持ちになりました。とても良い時間を過ごす事が出来ました。(Y.N)