

こうなん

第55号

発行 令和3年11月20日

題字 日本書道協会会員 志賀正彦氏

信濃川令終会 会報



社会福祉法人 信濃川令終会

〒940-1132 長岡市渡沢町字早田53番地 TEL(0258)23-7511 FAX(0258)23-7510
<http://www.kounannosato.jp/>

岡南の郷

〒940-1132 長岡市渡沢町字早田53番地
TEL(0258)23-7511 FAX(0258)23-7510

せったやの郷

〒940-1104 長岡市摂田屋町2701番地14
TEL(0258)23-7255 FAX(0258)23-7300

デイサービスセンター岡南 新涼会

デイサービスセンター岡南では、今年も『新涼会』を行いました。
夏祭りの雰囲気味わって頂けるよう、わたあめや
アイスクャンディーなどの提供、スタンプラリー形式でのゲームを
企画し、みなさんに楽しんで頂きました♪

アイスクャンディー
冷たくて最高！



どれも美味しそうで
迷うなあ…
よし！全部くださーい♪



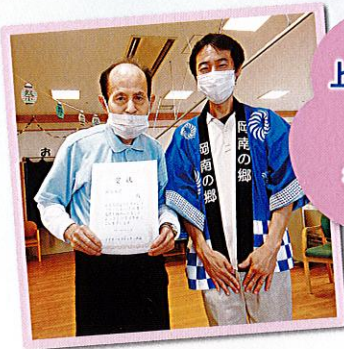
おいしくて
何個でも
食べられちゃう☆



金魚すくい懐かしいなあ。
何匹すくえるかな？



上位3位までの
みなさんに
表彰式を
行いました☆



職員手作りの千本引き♪
高得点はどのヒモかなあ？



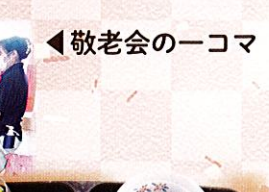
グループホームこうなん 納涼祭の様子

グループホームこうなんでは駄菓子コーナーを作り、
ご利用者の皆さんからお好きな物を選んでいただき
楽しいひと時を過ごしました。
昼食会には、焼きそば、スイカ、ラムネを提供し
お祭り気分を味わっていただきました。
神輿をかついでワッショイ、ワッショイ(笑)



特養 敬老会

今年もコロナウイルス感染予防対策のため、ご家族をお呼びできませんでしたが、9月20日に敬老会を開催しました。



皆さま
おめでとうございます。
これからも
長生きして下さい。

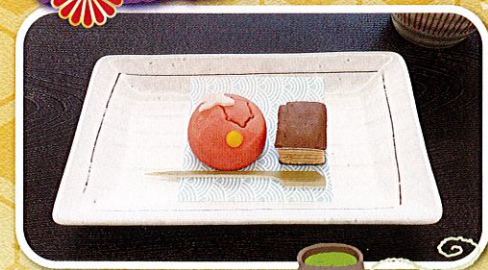
祝い膳▶

◀敬老会の一コマ



デイサービスセンターせったや 敬老会

記念品と
メッセージカードを
贈呈しました。



おいしい和菓子も
提供しました。



ご利用者の皆さんに好きなものを
手に取っていただき、普段と違った
雰囲気味わっていただきました。

グループホームせったや 敬老会

施設長からサプライズ!!
感謝状が贈られました。



健康とご長寿を祝って
みんなでカンパ〜イ!!



職員からのプレゼント♡
中身は何でしょう?



感染症対策

職員の感染症対策として 以下の事を行っております。

- マスクの着用
- こまめな手洗い、消毒
- 定期的な換気
- 県外・感染症流行地区へ往来の自粛
- 食事休憩時のソーシャルディスタンスの確保・・・etc



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

家庭内での感染を防ぐために ご注意ください

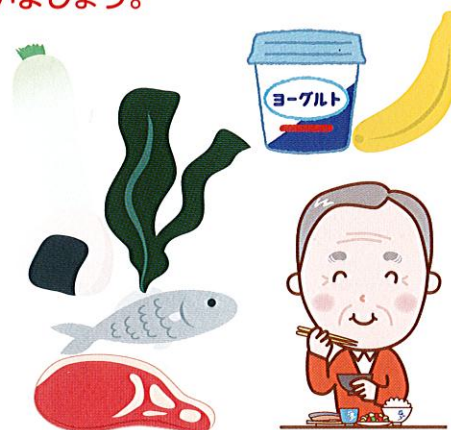
★感染予防の基本

- こまめに手を洗いましょう。
- 定期的に換気してください。
- 密閉、密集、密接になる場面では、家庭内でもマスクを着けましょう。
- 咳やくしゃみが出るときは、ハンカチやひじなどで口を覆いましょう。

免疫力を高める食事について

「免疫力の約70%は腸にある」と言われています。ヨーグルトや味噌といった発酵食品と一緒に、オリゴ糖（バナナ）や食物繊維（きのこや海藻）を食べることで腸内環境が改善し、免疫力の低下を防ぎます。

また、「体温が1℃下がると免疫力が30%低下する」と言われています。体温を上げるご飯、肉、魚、体を温める根菜類を食べ、免疫力をアップさせましょう。



編集後記

日増しに寒くなり朝晩はめっきり冷え込みますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

コロナ対策で風邪予防には余念がないとは思いますが、寒い季節はさらに気を付けよう！ということでも今は感染対策について掲載をしています。ぜひご参考にしていただき、元気にこの冬を乗り越えましょう。

一足早いですが今年も広報こうなまをご覧いただきありがとうございます。来年も岡南の郷、せったやの郷の様子をお届けしていきますので、どうぞよろしくお願いします！

〈西澤〉



いもほり

施設で育てているさつまいもを皆さんで掘りました！さつまいもご飯やプリンにしておいしくいただきました。