

運動会



社会福祉法人 淳風会

淳風便り

デイサービスセンター 淳風おおさか

令和 7 年 11 月号
担当：坪内



パワー全開の運動会

10月2日は恒例行事「運動会」を開催致しました。

今年も紅組・白組に分かれていただき、各種目熱戦が繰り広げられました。

第1競技「プールスティック渡し」は、紅白各チームの皆様長い紐を持って頂き、短く切ったスティックを隣の方により多くより早く渡して頂く競技です。先頭の利用者様は紐に通して隣の方に、最後の利用者様は紐から抜き取り籠に入れる。次から次へと送られてくる、スティックに皆様苦戦されながらも上手く運ばれておられました。

第2競技の「紅白玉入れ」は、職員が箱を背負ったり、抱えたりしながら皆様の前を走り抜けます。動く箱目掛け玉を投げ入れて頂きます。走っている職員はフラフラ、ハアハアと息を切らせる職員に、皆様容赦なく玉を投げ入れられ白熱戦となりました。

今年も☆白組が優勝されました。各チームに手作りのミyakumiyakuメダルをお渡しし、笑顔のもと無事終了。

今年の運動会も皆様には大変楽しんで頂けたのではないかと感じております。

お疲れさまでした。

記事・行事担当 ネイ・チー・ウイン

今月のレクリエーション

毎日違ったレクリエーションを楽しんで頂いております♪



空気入れてボール入れ



輪投げ



カップ転がしゲーム



カップ投げ

書道

今月の書道の御様子



皆様の集大成 素敵な壁画



エルダーシステム 「今月の歌体操」

今月の歌体操は「柔」でした♪上半身をしっかりと動かせる体操でした。



看護師からのアドバイス

家庭でできる感染症対策

手洗い、咳エチケット、換気は重要な日常の感染対策です。効果的で正しい方法を習慣づけ、できる限り家庭に感染症を持ち込まないよう、普段から実践しましょう。

＜1. 石けんで手を洗いましょう＞
手はウイルスや細菌がつきやすい部位です。汚れた手で顔を触ると、病原体が、目、鼻、口などから入って感染します。普段から手で顔を触れないようにしましょう。

＜2. 咳エチケットを心掛けましょう＞
多くの感染症が、咳やくしゃみの飛まつに含まれる病原体から感染します。病気の有無にかかわらず、人が集まる場所できしゃみや咳が出るときは、咳エチケットを心掛けましょう。

＜3. 換気をしましょう＞
室内の空気を新鮮な空気に入れ替えることで、空気中の病原体を減らすことができます。

症状が出た時の対策 1 マスクを着けましょう
口や鼻から病原体をまき散らしたり、吸い込むことを防ぐためには、マスクの着用が有効です。診断の有無にかかわらず、咳やくしゃみが出るときは、咳エチケットとしてマスクを着用しましょう。

症状が出た時の対策 2 人との接触を減らしましょう
家庭内の感染拡大を防ぐため、感染者と家族の接触の機会を減らすことが大切です。可能であれば、感染者と家族は過こす部屋を分けましょう。

症状が出た時の対策 3 共用部分を消毒しましょう
感染者が鼻や口を触った手でドアノブなどに触れると、表面に病原体がつきます。他の人が知らずにその場所を触り、その手で自分の口、鼻、目を触れると感染が広がります。家族がよく触れる部分を消毒することで、接触感染を防ぐことができます。

空き情報

曜日	月		火		水		木		金		土	
	男性	女性										
個浴 or 入浴無し	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	◎	◎
リフト浴	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	◎	△
寝台浴	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△