

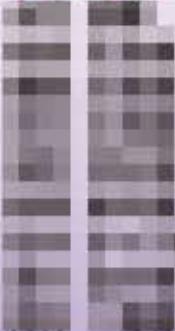


おんたけ新聞

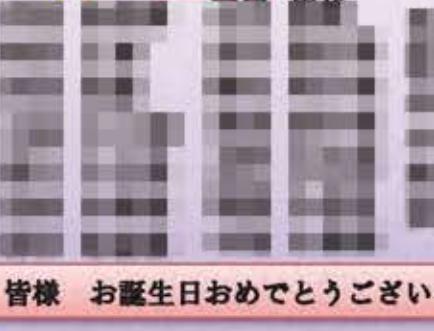
平成27年12月1日発行



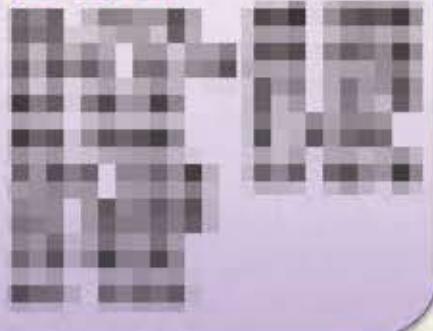
★12月誕生日



★1月誕生日



★2月誕生日



皆様 お誕生日おめでとうございます。

スタッフの大相撲情報

今回はくオモシロ相撲豆知識をお送りします。

☆名古屋国技館

かつて名古屋にも国技館があったんだよ。大正3年に丸の内に開館し、建物は屋根が16角形のドームをした4階建て。ただ8000人収容と大き過ぎた為か、観客は不入りで、わずか10年ほどで閉館しちゃったんだって！現在は小学校になってるよ。

ちなみに…東京の両国国技館は約1万人収容でき、土俵は固定されていないから、コンサートの時などは、エレベーターのように下がり、床下に格納できる仕組みになっているんだよ！（＾＾）



イベント写真館



↑12月18日「クリスマスイベント」江口ひとみ様にエレクトーン演奏をしていただきました。スタッフ池田さんと共に演じました。お二人のハーモニーに心が癒されました。



↑1月16日「新年会」全スタッフが息の合ったダンスを披露しました。

1月17日マジックショーと大道芸のボランティア「大矢博保様」に来ていただきました。スタッフも一緒に皿回しに挑戦しました。「トランプ数字当てマジック」では、見事な的中ぶりに、大歓声と感激の声が響きました。↓

今月の作品ピックアップ



デイケア御歳

↑12月19～24日「文化祭院内展示」利用者の皆様に丁寧に美しく仕上げて頂いた作品の数々です。貼り絵や切り絵、手芸など、どれも手の込んだ作品ばかり。バラエティーに富んだ作品が沢山展示されました。3月には「大口町ほほえみプラザ」にて展示させて頂きました。

（次回号に掲載予定）

平成27年新年の抱負

<...>今年は去年以上に色々な所へ旅行に行きたいです！きれいな景色を見て、リフレッシュしたいです。

<...>大好きな焼肉をいっぱい食べて、元気モリモリ、笑顔いっぱいで勝ち越します♥ アクセル全開全力(*^_^*)

<...>今年も一年健康で楽しく過ごしていきたいです。大人の女性を目指します。

<...>食べ過ぎ、飲み過ぎに注意をし、体調管理をしっかりと行う事で元気に仕事をする。

<...>今年も病気をしないように、1年間皆勤賞を目指し頑張ります。

<...>御獄スタッフの一員として、皆様に喜んで頂ける様なイベントを計画したいです。女性らしく今年も頑張ります。

<...>皆さんとたくさんお話をし、もっともっと仲良くなりたいです。手芸や色々な作品と一緒に作っていきたいです。

<...>笑門福来！毎日笑って過ごします。
一日一回大笑い！

<...>今年は学生時代にしていたテニスを再開し、テニスコートで試合する事を目標に頑張ります。

<...>全てにおいて今まで以上に成長するよう頑張ります。飛躍の1年にします。

<...>まだ若輩者ですが、年齢以上に立派な大人を目指していきます。

<...>体調を崩さないように元気に一年間過ごします。皆さんも元気に御獄に来てくださいね。

<...>楽しく充実した1年にしたいです。御獄の皆さんと笑顔で過ごしたいです。

<...>御獄の皆さんと沢山お話しして、楽しく、リハビリをしていきたいです。

<...>体調を崩す事なく、元気に過ごしたいです。（毎年風邪などでいろいろ休んでいるので）

<...>健康に御獄で働き続ける為、体調管理をしっかりしていきます。（もう、体調不良で休みません！！）

<...>待望の第1子が産まれました。育児に励み今年中に「お父さん」と言ってもらう事を目標にします！

<...>早寝早起きを心がけ、次の日に疲れを残さず、笑顔で過ごしていく様にする。

冬の安全入浴法

冬は、入浴中の事故が最も多い季節です。

未然に事故を防ぎましょう！

温度差による血圧の急激な変動

…<ヒートショック>防止策

◎まず、脱衣所と浴室を温める事。手短かな策としては熱めのシャワーで湯をはると蒸気によって浴室が暖められます。

◎入浴の前後にコップ一杯の水を飲むと血流がスムーズになり、血圧が安定しやすくなりますよ。

◎お湯の温度にも注意！高温のお湯は身体に負担がかかります。湯温は41度以下で。時間は長くとも10分以内。お湯から出る時は浴槽のふちをしっかりと持ち、頭を低くした姿勢でゆっくりと出るのがいいですね。もう少し温まりたい場合は、38度程度での半身浴に。くれぐれも水分補給はお忘れなく。

万一の事態…その一歩手前が大切。

◎入浴中動悸が激しくなった場合は、体を拭いて浴室を出て、温かい飲み物を飲みながら30分ほど横になって休みましょう。又高齢の方が入浴中に眠くなるのは危険な兆候と紙一重とも。頭がぼんやりとする時は浴室から出て休憩し水分補給を



して下さいね。

今月の職員紹介



普段は和みサロン伊吹おりますが週一回御獄に来ています。早く皆さんと仲良くなりたいです。気軽に声を掛けてください！！
好きな事は旅行です
☆よろしくお願いします。



勤務時間は短いですが、いつも全力で頑張るので、応援してください!!皆様の笑顔が私のエネルギー源です。



こう見えて、3人の子供達のママです。毎日バタバタですがとても楽しい毎日を送っています。これからも気持ちだけは若く頑張ります。