

百寿の里たより

10月

No. 221

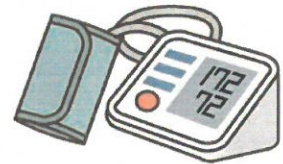


令和4年 10月行事予定

4日（火） 移動美容室（13：30～）
ご希望の方は事務所までお申し出ください。



21日（金） 移動美容室（9：30～）
ご希望の方は事務所までお申し出ください



23日（日） バイタル測定（14：00～）
1階ホールにて行います。ご協力お願い致します。



～買い物代行実施日のお知らせ～

締め切り日	10/12	10/26
買い出し日	10/13	10/27

令和4年 10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1
2	3 病院	4 病院	5 床屋	6	7 病院 床屋	8
9	10	11 病院	12	13	14 病院 銀行	15
16	17 病院	18 病院	19 床屋	20	21 病院 床屋	22
23	24 病院	25 病院 銀行	26	27	28 病院 行政	29
30	31 病院					

病院行き・・・9：00～12：00

床屋行き（理美容院）・・・13：00～16：00

銀行行き（金融機関）・・・13：00出発

行政機関行き・・・13：00出発

★希望日は**2日前まで**に事務所へお伝え下さい。

10月誕生日の方

お誕生日おめでとうございます

10月の健康対策

インフルエンザは秋くらいから感染者がと出てきて、例年11月下旬～12月上旬に流行がはじまります。インフルエンザ予防の基本は「手洗い」「マスク」「咳エチケット」の3つであり、全てを適切に行うことが肝心です。感染を防ぐために、こまめな手洗いを忘れずに行いましょう。手をぬらすだけや、石けんで手のひらをサッと洗うだけでは対策になりません。石けんをつけて、念入りの手洗いを徹底しましょう。マスクは感染を防ぐためというよりは、「自分が誰かに(病気を)うつさないため」にするものだということを、ご存じの方は多くないかもしれません。咳やくしゃみの際マスクやティッシュを持っていない時は、上着の内側や袖で口と鼻を覆って行うようにしましょう。

新型コロナウイルス感染防止のため 以下の点にご協力ください

- 外出先から戻られたときは、石けんやアルコール消毒液などによる手洗い消毒を行って下さい。
- 咳などの症状がある方は、咳エチケットを行って下さい。
- 共用部ではマスクを着用下さい。
- 不要不急の外出は行わないでください。
- 食事の際の会話はお控えいただくようご協力お願い致します。
- 密集を避けるため「この席の使用はお控えください」と表示のある席は使用しないで下さい。
- 当面の間、やむを得ない場合を除き、面会はできるだけお控えください。
- 風邪の症状や強いだるさや息苦しさがある場合は、居室からは出ずにナースコールにて職員までお知らせください。

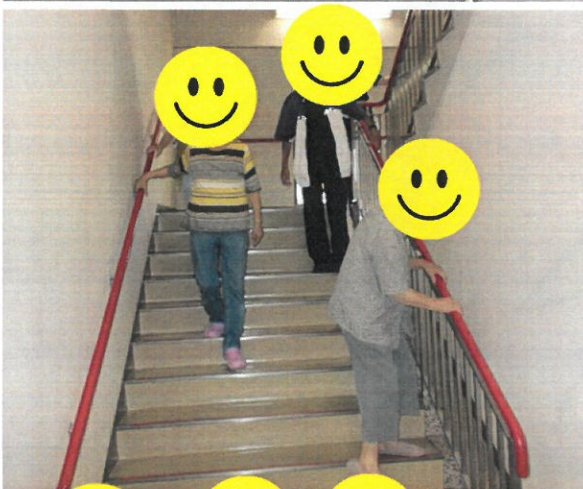
健康ルームからのお知らせ

直方市が行っている健康相談（無料）に希望の方をお連れしています。健康診断の数値の意味がわからない方や、その他の健康や栄養に関するご相談をお受けしています。予約制となりましたので、ご希望の方は事前に事務所までお申し出ください。また、血圧測定・尿検査・体脂肪測定は当面の間中止となっておりますのでご了承ください。健康相談の日程はお電話での予約となります。場所は直方市役所で行われます。

インフルエンザ予防接種実施について

10月から12月末日まで高齢者インフルエンザ予防接種が開始されます。（12月末日までに体調不良等の理由により接種できなかった場合は3月末日まで接種可能です。）自己負担金額は1300円です。事務所に予診票をご準備しておりますので、ご希望の方はお気軽にお声かけください。なお、接種された方は事務所までお知らせ下さいますようお願い致します。

9月12日（月）消防訓練



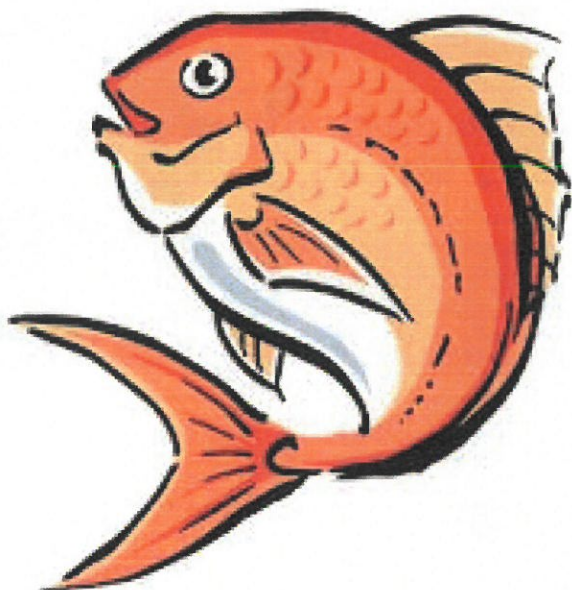
～編集長 ひろ☆あき。のつぶやき～

先日、初秋の子イカ釣りに行ってまいりました。秋は数釣りが楽しめるといわれておりますが3～4時間ほど粘ってみましたが残念ながら一匹も釣りあげられませんでした。次回は釣ればなと思います。

つぶく

福岡県直方市上新入2116-7

社会福祉法人つくも会 ケアハウス百寿の里



TEL 0949-25-0112

FAX 0949-25-0113

URL <https://tsukumo-kai.jp/>

(2022.10月号)