

# おとわ便り

令和7年

1月号



小規模多機能ケア音羽の浜  
佐世保市東浜町142番1  
TEL:0956-33-1234  
http://otowanohama.jp



## 新年あけましておめでとうございます。

令和7年がスタートしました。今年は巳年でございます、蛇は生命力から「不老長寿」を象徴する動物とされています、また知恵と再生の象徴としても知られています。私たちも新しい知恵を持ち、より良いサービスが提供できるように努めてまいりたいと思います。住み慣れた地域の中で皆様安心して楽しい日々を送れ、ニーズに合ったサービスが提供できるよう、サポートさせていただきたいと存じます。本年も引き続きご支援ご鞭撻のほどよろしくお願いたします。 小規模多機能ケア 音羽の浜職員一同



## クリスマス会

12月12日、少し早めのクリスマス会を開催しました。職員の出し物やご利用者様による聖歌隊など楽しい会になりました。



Merry Christmas and Happy New Year

1月・2月の行事予定	
1月1日	元旦
1月10日~	初詣
1月23日	小規模新年会 1月誕生会
2月3日	節分 豆まき
2月 日程調整中	2月誕生会

※感染症の関係で予定の行事が中止変更となる場合がございます。御了承ください。

佐世保五番街に行きました。暖冬により紅葉の時期が遅れたので12月でもまだまだ紅葉が楽しめました。



おやつ時間にミニカップ麺を食べました



自分のお好みを選ばれてました

あけましておめでとうございます  
年末からインフルエンザやコロナ感染症が大流行しております。今年も十分な感染対策を行い利用者様が安心して過ごせるよう環境整備などに努めていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願致します。感染対策として定期的に換気をしていきますので、室内で着る上着等を持参していただくと助かります。(A)

## 看護通信 小規模

カカオ豆には「カカオポリフェノール」をはじめとする様々な健康成分が含まれています。これらが作用する事により  
・動脈硬化予防・リラックス効果  
・脳の活性化・便通むくみの改善  
・免疫を活性化(インフルエンザ予防)といった多くのメリットがあります



## 寒くなると気をつけたい 高齢者のトラブル

【感染症】 空気が乾燥し飛沫感染や空気感染が感染経路とされる、インフルエンザや新型コロナウイルスが飛散しやすくなります。バランスのいい食事、手洗いうがい、温度・湿度管理、換気を徹底しましょう

【ヒートショック】 寒い場所から暖かい場所へ移動する事で急激に血圧の変動が起こり、心臓に負担がかかる事で脳梗塞や心筋梗塞を起こしやすくなります。室内空間の温度差を無くし急激な気温差を防ぎましょう。

## HAPPY BIRTHDAY

これからもお元気で一緒に楽しい時間を過ごしましょう  
おめでとうございます(A-A)  
寒に入り寒さが厳しくなってきました。積雪及び凍結具合により安全走行に支障をきたすと判断した場合、ご利用者様の安全を考慮し送迎を遅延・中止する場合がございます。その際は事前にご連絡いたします。ご迷惑をおかけいたしますがご理解ご協力をお願い致します。

