

おとわ便り 令和5年 11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

運動会

1 入場行進
2 国歌斉唱
3 開会挨拶
4 選手宣誓
5 開会式
6 ランチ休憩
7 閉会式

① 輪漕ぎリレー
② 輪漕ぎリレー
③ 輪漕ぎリレー(職員)
④ おお玉リレー
⑤ じゃんけん
⑥ じゃんけん
⑦ じゃんけん
⑧ じゃんけん
⑨ じゃんけん
⑩ じゃんけん



スポーツの秋、10月は毎年恒例の運動会を開催しました!! 真剣に競技に取り組む姿に元気をもらいました。楽しい一日になりました

11月に入り早いもので今年も残り2ヶ月となりました。朝晩は涼しいのですが日中はまだ夏日が続いており寒暖差による体調不良に注意が必要です。食欲の秋、しっかり栄養をとり十分な睡眠時間を確保し体調管理に努めましょう。またインフルエンザも流行してますので予防接種がまだの方はまん延防止と重症化予防の観点からもご協力よろしくお願ひ致します。(A)

看護通信 小規模



【 インフルエンザと風邪症状の違い 】

インフルエンザ	風邪
症状	高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・咳・喉の痛み・鼻水など
発症	急激
症状の部位	強い倦怠感など全身症状
	喉の痛み・鼻水・鼻づまり くしゃみ・咳・発熱
	比較的ゆっくり
	鼻・喉など局所的

ハロウィン撮影会



ご当地グルメを食べよう！～佐世保バーガー～



佐世保バーガーとは佐世保市内の店で提供される「手作り」「注文に応じて作り始める(作りおきをしない)」ハンバーガーの総称です。今回は大和町のStamina本舗Kayaバーガーさんのハンバーガーをいただきました。ボリュームたっぷり皆さんのお顔位に大きいので四分の一にカットしてポテトを添えていただきました。皆さん美味しいねと食べていました。

ヤマボウシ倶楽部活動中
崎辺地区コミセン祭り・文化祭が近づいてきています。皆さん作品作りに力が入ります。張り作りや落ち葉アート、芸術の秋ですね。作品展示が楽しみです。

11月・12月の行事予定

11月19日	崎辺地区コミセン祭り
11月23日	小規模文化祭・11月誕生会
随時	ドライブ
12月7日	クリスマス会
日程調整中	ナイトツアー
日程調整中	12月誕生会

秋のドライブ



HAPPY BIRTHDAY



※インフルエンザやコロナウイルス感染症の状況により内容変更することがあります

