



## 施設情報

入居相談などお気軽にお問い合わせ下さい。

詳しくはWeb「[ウェルケア伊豆高原](#)」で今すぐ検索!!



## 敬老会

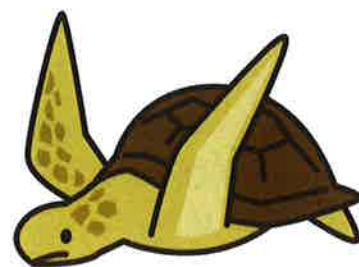
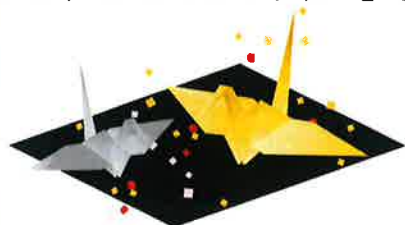
9月27日に、敬老会を開催しました。今年は、百寿の方が1人、白寿の方が2人、米寿の方が1人、喜寿の方が1人いらっしゃいました。ご入居者のご長寿の代表として、5人の方に、ウェルケア伊豆高原からの気持ちばかりの品をお受け取りいただき、ご入居者の皆さま、職員でお祝いました。



その後、ミニカラオケ大会を行いました。ご長寿の代表になっていただいた方のお一方にマイクを握っていただき、会場いっぱいの手拍子の中、河内おとこ節を披露していただきました。レクリエーションでのカラオケもご無沙汰でしたので、みなさまにはとても喜んでいただけました。続けて、おなじみの歌として、「手のひらを太陽に」「故郷」を、会場の皆様に、順々に職員がマイクを向けながら、皆様と一緒に歌いました。そんな会場の雰囲気、気持ちが乗り、飛び入りで職員が「瀬戸の花嫁」を披露させていただきました。こちらも会場いっぱいの手拍子をいただき、職員もご入居者の前で歌ってよかったと思えました。次に、これまた飛び入りで、ご長寿の代表になっていただいた方が、ウェルケア伊豆高原ではおなじみとなった「ばか面踊り」を披露してくださいました。そして、ご入居者の方々と職員と一緒に、イスに座ったままでも体を動かせる、「365日のマーチ」に合わせた体操を行いました。



さて、この日のおやつには、伊豆一の蔵のどら焼きをご用意いたしました。普段よりもおおきなおやつに、「大きくて食べきれない」「夕食が食べられなくなる」なんていう声も聞かれましたが、おいしそうに召し上がっていただけてうれしく思いました。『今日くらいは、「おなかいっぱい夕食が食べられないわ」っておっしゃられてもいいよね?』なんていうお話にもなりました。





# 冬の感染症予防・健康管理法について・その1・

1

## ～注意すべきポイント～

厳しい残暑に新型コロナの猛威はやまず、各地で自然災害も重なり、全世界が閉塞感で覆われています。我が施設でも外出・面会制限を余儀なくされており、楽しみにしていた各イベントも施設内で、工夫を凝らしながらの開催となっております。これからのシーズン寒暖差により体調を崩しがちとなり、特に感染症は要注意となります。インフルエンザや新型コロナをはじめウィルスや病原菌は免疫力が落ちた高齢者にとっては大敵であり、時に命の危険に関わるリスクともなりえます。

インフルエンザの予防の基本は流行前に予防接種を受けることです。これは最も有効な予防法です。感染予防のために人込みは避け外出時のマスクや、帰宅時の手洗いうがいを実践することです。この方法は、新型コロナ感染予防にも有効で、空気中に拡散されたウィルスによって感染しますから、予防として同様に行うことで感染から身を守ります。毎朝定期的に窓を開け、空気の入替えをすることも感染症予防につながります。常日ごろから十分な栄養や休息をとることが大事です。

くよくよせず毎日を楽しんで生活することで自己免疫力が上がり病気を寄せ付けなからだ作りを心がけましょう。今後コロナウィルスの予防接種の開発が期待されるころです。㊦



## レクリエーション ～お散歩&イベント準備～

今月のレクリエーションでは、涼しくなってきたので、ご入居者の方々とご近所をお散歩しました。また、別の日には、イベントの準備を手伝っていただきました。(イベントは敬老会ですが)



## お誕生日おめでとうございます

今月、誕生日を迎えられた方です。おめでとうございます。



## 伊東市・ご長寿祝い

9月16日に、伊東市高齢者福祉課の方々が、100歳以上の方、白寿と米寿の方への敬老記念品をお渡しするために、ウェルケア伊豆高原にいらっしゃいました。今年は、3名の方が記念品を受け取られました。



## 10月の予定

- 21日(水) 三島信用金庫来館
- 28日(水) 移動美容室はしば来館
- 毎週水曜日 ナガヤ買物
- 7・14・21・28日
- 毎週土曜日 こんがりあん移動販売
- 3・10・17・24・31日
- 毎週日曜日 休浴日



## 編集後記

お彼岸の頃まで残暑が続きました。今年は、気温の高さよりも蒸し暑さが長く続いたように感じました。また、夏が終わったら、いつもよりも多く台風が発生すると予報されていました。幸いなことに予報は外れて、伊豆では、昨年のような大きな被害にあわず良かったです。そして、お彼岸が過ぎたら、一気に涼しくなりました。気候の変化が早く、身体が追いついていくのがやっとでしたが、過ごしやすくなってほっとしています。さて、今年はシルバーウィークが4連休となりました。GoToキャンペーンのおかげもあってか、連日、久々に観光客で賑わっていました。また、伊東市内でも、ようやく花火が上がりました。今年はないものと諦めていたので、夜空を彩った花火の輝きに、明るい気持ちになれました。(M)