

社会福祉法人 天摂会



月刊 たーくん

10月15日は「世界手洗いの日」

石けんを使った正しい手の洗い方を世界に広める活動のために、ユニセフや世界銀行が制定しました。ユニセフの「手洗い白書 2012」によると、日本では1回の手洗い時間が20秒以下の「したふり洗い」の人が約半数をしめ、男の子と40代男性が特に要注意！親指のまわり、爪、手首がきちんと洗えていない人も半数にのぼりました。



出ていますか？

せいけつ手洗い

手洗いは、感染を防ぐ上でとても重要です。

石けん液による手洗いや、アルコール消毒液による手指消毒を日頃から徹底して行いましょう。

なぜ手洗いが
必要なの？



家の中や外には、目に見えないたくさんの菌が付着しています。菌は目に見えないので、知らず知らずのうちに菌をもち込んだり、もち出したり、広げたりすることが考えられます。手洗いは、感染経路を遮断するためにとっても大切です。



せいけつ手洗いのポイント

- 1 しっかりと石けん液を泡立てること。泡立てることで、手全体や手のしわなどに、石けん液がいきわたります。
- 2 「せいけつ手洗い」を行うと30秒かかります。30秒の手洗いを身につけるために、砂時計で30秒の手洗いを実感してみてください。
- 3 2回手洗いを実施することで、ウイルスの除去効果があるというデータもあります。特に冬場のウイルス流行時のトイレの後は2回手洗いの実施をお勧めします。

SARAYA ホームページより引用

冬モードにむけてスムーズな切り替えを

寒くなってくると、体は気温の低下に反応して熱を獲得するように、また熱を喪失しないように働くようになります。以下のことに気を付けて、寒さに負けない体づくりをしましょう。

- ① 体で気温の変化を感じましょう。
- ② ゆったりと湯船につかって体を温め、心身ともにリラックスしましょう。
- ③ 食事に旬の野菜を取り込んで。



秋から冬にかけては、根菜類や緑黄色野菜など、体を温め、やわらかくおいしい野菜がたくさん出てきます。しっかり食べて元気に過ごすエネルギー源にしましょう。



9月16日 各施設にて長寿を祝う会が開催されました。

特別養護老人ホーム多聞荘



来賓の方々よりお祝いの言葉を頂き、祝祭者の方々にプレゼントが贈られました。日本舞踊では手拍子に合わせて盛り上がり、職員による二人羽織ではみんなで笑って、楽しいひと時を過ごされました。昼食会では祝い膳がふるまわれ、いつもとは違い特別な感じでとても美味しかったです。

特別養護老人ホーム備前多聞荘



特別養護老人ホーム備前多聞荘には、今年お祝いの方が9名いらっしゃいました。お祝いの皆さんには、プレゼントとポエムの書かれた額が贈られました。催しとして祝い太鼓の方にお越しいただき、皆さんも一緒に手をたたいたり、歌ったりされてとても楽しまれました！



社会福祉法人 天摂会

- http://www.tensetsukai.or.jp/
- ハートフル多聞 坂根 〒709-0873 岡山市東区瀬戸町坂根 792-14 TEL (086) 953-0011 FAX (086) 953-0012
- 特別養護老人ホーム多聞荘
 - 多聞荘ショートステイセンター
 - 多聞荘デイサービスセンター
 - 多聞荘指定居宅介護支援事業所
 - ケアハウスたもん荘
- ハートフル多聞 山陽 〒709-0827 赤磐市山陽 1丁目6番3号 TEL (086) 958-5511 FAX (086) 958-5512
- 山陽多聞荘デイサービスセンター
- ハートフル多聞 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 33 TEL (086) 952-5200 FAX (086) 952-5203
- サービス付き高齢者向け住宅
 - 小規模多機能型居宅介護
 - ハートフル多聞キッズルーム
 - ハートフル多聞スマイルキッズ
 - 訪問介護 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 12-1 TEL (086) 952-2288 FAX (086) 952-5515
 - ハートフル多聞指定居宅介護支援事業所 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 36-1 TEL (086) 952-5020 FAX (086) 952-0058
 - ハートフル多聞相談支援事業所 〒709-0861 岡山市東区瀬戸町瀬戸 36-1 TEL (086) 230-2250
- ハートフル多聞 備前 〒705-0025 備前市鶴海 2401 TEL (0869) 65-8975 FAX (0869) 65-8234
- 特別養護老人ホーム備前多聞荘
 - 備前多聞荘ショートステイセンター
 - 盲養護老人ホーム備前多聞荘
 - 備前多聞荘訪問介護
 - 備前多聞荘相談支援事業所

多聞荘

デイサービスセンター



多聞荘デイサービスセンターでは、午後の余暇時間充実のため、週に1~2回アクティビティプログラムを開始しました。散歩、漢字カルタ、絵葉書作成、カラオケ延長など好きなメニューをご自身で選択して頂いております。大変好評で、職員も一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

岡山チャペルさんがピアノの弾き語りをしてくださいました。とても素敵な歌声で「見上げてごらん夜の星よ」の歌に涙ぐまれている利用者さんもいらっしゃいました。



盲養護老人ホーム備前多聞荘

職員がスイカになってスイカ割りをしました。なかなかの完成度です(‘Д’)笑
スイカになった職員をみて皆さん大笑いで大変喜ばれていました。本物のスイカ割りでは、なかなかスイカが割れず、何人もの方に手伝って頂きました😊
割れたスイカは甘くてとても美味しかったです。



ハートフル多聞



Trick or Treat!

夏を締めくくるイベントとして、スイカ割り大会を開きました。チームで割れた数を競い合い大変盛り上がりました！
しっかり身体を動かした後は、甘くて美味しいスイカを楽しみました。

ケアハウスたもん荘

長寿を祝う会では、皆さんと一緒に祝いが出来たことをとても嬉しく思います☆
ケアハウスでは、傘寿(80歳)1名、卒寿(90歳)3名が祝い年でした！
皆さんお揃いの赤いブランケットを贈らせて頂きました。
段々と肌寒くなってきたので、ブランケットが活躍することでしょう☆



山陽多聞荘

デイサービスセンター



芸術の秋

芸術の秋ですね。
久々に「多聞荘書道クラブ」を開催しました。
好きな季語を選び、お手本を見ながら取り組まれています。
普段字を書かれない方や、筆を持つのが久しぶりという方、始めて参加される方もおられました。
ところで 秋と言えば食欲の秋、運動の秋でもありますね。
利用者様が職員と共に楽しんで頂けるイベントを企画しています。

Lantern