



# 広報 秋号 むさしの

平成27年  
11月

VOL.46

平成27年9月12日(土)、むさしでは長寿を祝う会が開催されました。今年も多くのご家族様が来苑され、利用者様も大変喜んでおりました。

今回行った長寿を祝う会は、利用者の長寿を家族・職員でお祝いし、これからも元気で長生きできるよう願いを込めております。ボランティアの余興やおいしい昼食、プレゼントなどがあり、笑顔が目立ちました。

大きなトラブルもなく長寿を祝う会も終わり良い思い出になったのではないかと思います。

当日、こられたご家族様、ボランティアの皆様、ご協力ありがとうございました。これからもお元気で過ごせるよう職員一同、日々努力していきたいと思っております。



# 長寿を祝う会

プレゼントを受け取った利用者様や祝い年の利用者様です。  
プレゼントを受け取った利用者様は「やったー！」と反応して下さったり、ニコニコして下さる利用者様など様々な反応を見せて下さいました。  
下段の写真は昼食時の写真です、利用者様とそのご家族は話しも弾んでいるようで終始にぎやかでした。



# 自衛消防隊 屋内消火栓操法競技大会

平成27年10月15日に行われました屋内消火栓操法競技大会の様子です。  
多くのチームが出場していきまして、どのチームも練習の成果を発揮していたように思います。  
我々も自主的にむさしのに集まり、動きの練習をしたり、台詞の確認をして本番で優勝を狙えるように練習をしてきました。

残念ながら優勝はできませんでしたが、今回の大会に出たことは大変良い経験になりました。  
利用者様も応援に駆け付けて下さりました、ありがとうございました！





日帰り旅行で念願の「ららぽーと」へ行ってきました。皆様がってん寿司とタイ焼きなどを楽しまれました。美味しい物を食べて満面の笑みがこぼれている写真です。食事の後には、ウインドーショッピングをしたり、本屋で前から欲しいと言われていた「マジカルアイ」の本を購入されました。普段よりも歩かれ、お疲れになったようで普段よりも口数が少なめでしたが、充実した1日を過ごして頂きました。



現在予定日の半数ほどですが日帰り旅行で日高市にあります「サイボクハム」へ行ってきました。片道約1時間の道程でしたが、体調を崩す方もなく無事に行えています。思い思いに買い物を楽しまれていました。迷いもなく商品を買って物籠に入れていく姿に脱帽でした。

## 日帰り旅行inサイボクハム10月～11月





デイサービスでの日中のご様子です。天気がいい日には外気浴をしながら苑外散歩を楽しんで頂いています。急遽ではありますが、条件が揃った時には、難波田城址公園へ皆様をお連れしました。平坦な道も多いのでいい歩行訓練になったのではないかと思います。少し風がある日でしたが、あったかいお茶とシュークリームを食べてご満悦でした。



# 8月

# 流しそうめん

8月に流しそうめんを行いました。みなさん大変上手に取っていました。美味しいとの声がとても多く聞かれました。



## 10月

## ユニット行事

### こすもす

こすもす:サンシャイン水族館  
すいせん:ららぽーと富士見  
ひまわり:華屋与兵衛、コスモス畑  
しゃくなげ:お芋ほり

こすもすは池袋のサンシャイン水族館に電車で行きました。みなさんとっても楽しかったとおっしゃっていました。また行きたいとの声も聞かれました。



## すいせん

すいせんはららぽーと富士見に行きました。皆さんと一緒に好きな物を召し上がりました。そのあとはお買い物をしました。みなさん沢山お買いものされていました。



## ひまわり

ひまわりは昼食に華屋与兵衛にいき、そのあとコスモス畑に行きコスモスを採集してきました。コスモス畑の中での写真はとてもきれいですね。



## しゃくなげ

しゃくなげはいもほりにいきました。お昼ご飯もとても美味しかったと話されていました。さつまいもは大きいのがたくさん取れました。みなさんとても良い笑顔です。



# 冬の食中毒 ノロウイルスに注意！

～手洗い、うがいの習慣を～

ノロウイルスの予防だけでなく、すべての感染症の予防の基本となるのが「手洗い」です。特に外から帰宅した時とトイレの後は、手に細菌が付着しているため清潔にしなければなりませんし、食事の前は食べ物を介して細菌が体内に入らないようにするために手をきれいにする必要があります。

## 正しい手洗いのコツ

ノロウイルスは、他のウイルスや細菌と比べ、とても小さいので、手のシワや爪の中などに入り込んでしまうため、しっかり手を洗わないと洗い流すことができません。

流水と石けんを使い、指先、手の甲、親指、指の間と、洗い残しやすい部分も忘れずに、しっかりと時間をかけて手洗いをします。流水はできれば、シャワー状がよいでしょう。時間の目安は、「ハッピーバースデー」の歌を2回歌うぐらいの長さ「約20秒」です。洗い終わったら、流水でしっかりすすぎ、清潔なタオルで十分にふき取ります。

## 効果的なうがいの手順

のどからの菌の侵入を防ぎます。ぶくぶくうがいを1回したあと、がらがらうがいを3回ほど繰り返しましょう。

### ①ぶくぶくうがい

水を口に含み、ぶくぶくして吐き出す。

### ②がらがらうがい

水を口に含み、のどの奥まで届くように上を向き、15秒ほど、がらがらして吐き出す。

## 発行人

社会福祉法人ふじみ野福祉会

〒354-0003

埼玉県富士見市大字南畑新田16-1

TEL : 049-255-6102 FAX : 049-255-6601

<http://www.f-musashino.jp/>

(南畑地区)

- ・特別養護老人ホーム
- ・ショートステイ
- ・デイサービスセンター
- ・ヘルパーステーション
- ・支援センター
- ・配食サービス事業
- ・地域包括支援センター

(水子地区)

- ・地域密着型特別養護老人ホーム
- ・小規模多機能型居宅介護
- ・支援センター
- ・地域包括支援センター

施設長 吉江 孝行

## 編集後期

11月になりました、大分肌寒くなり長袖を着ないと外に出る気がしない日が増えてまいりました。

さて、今年はいくつかの大会に参加することになり、久しぶりに大声をだしたり全力で走ったりして運動不足を痛感しました。しかしながら、消火栓の操作方法を学んだことは非常時のときに必ず役に立つと思います。

これから先、大地震があると言われていまず、もしもの時に少しでも周りのかたを助けることができればいいなと思っております。

岩澤