



# すがのの郷だより

2024年  
12月号  
デイサービスセンター  
すがのの郷  
☎54-5350



今年も残り1ヶ月となりました。今年は暑さが長引き、秋を楽しむ間もなく冬を迎えようとしています。これから徐々に寒さが厳しくなりますが、引き続き手洗い・うがいの感染対策や防寒を行い、体調を崩さないようお過ごしください。

## 干し柿づくり



いただいた渋柿を使って、干し柿を作りました。



利用者の皆さんの手際がよく、  
見事な柿ののれんが完成しました。

おいしくなるように見守りました。おやつでいただいています。

## 年末年始について

12/29（月）から1/3（金）まで休館となります。  
振替利用等のご希望がありましたら、デイ職員・担当ケアマネージャーまで早めにご相談ください。

## すがのの郷からのお願い

冬になり、着るものが多くなってきました。



衣類や持ち物への記名をしていただいておりますが、上着や帽子、手袋、マフラーなどにも記名をお願いいたします。

# 乾燥対策について

冬は空気の乾燥が気になる季節です。



◇ **部屋の湿度は 60%**を目安にしましょう

加湿器や濡れたタオルの部屋干しなどで乾燥を防ぎましょう  
窓や床を水拭きしたり、水を入れたグラスを置くのも効果的です。

冬のお肌や皮膚の乾燥による痒み、少しでも緩和してみませんか？

◇ 入浴時、**身体をこすりすぎない**ようにしましょう

熱すぎるお湯やナイロンタオルでのごしごし洗いは要注意。  
優しく体を洗うようにしましょう。



◇ **肌を保湿**しましょう

化粧水や乳液、保湿クリームなどで肌にうるおいを与えましょう。  
直接肌に触れる衣服を化学繊維ではなく、木綿やシルクにするのも  
肌への刺激が少なくなるのでおすすめです。



## 赤い羽根共同募金へのご協力 ありがとうございました。

皆様のご協力ありがとうございました。

赤い羽根共同募金は身近な地域での社会福祉活動を応援をはじめ、  
いろいろな形で災害支援活動にも活用されています。



ミニ知識

ほかにも、青い羽根（海難救助活動をするボランティアを支援）、緑の羽根  
（国土の緑化促進）、黄色の羽根（臓器移植の推進）など いろいろな目的  
の募金があるそうです。

## 12月レクリエーションの予定



2～8日	わなげ	19～25日	喫茶・クリスマス会
9～15日	カレンダーづくり	26～29日	釣りっこゲーム
16～18日	釣りっこゲーム	都合により内容が変更となる場合があります。	