



おかデイ通信

令和5年
11月



秋祭り



夏まつりではなく今年は秋祭りを開催しました。

たこ焼き・輪投げ・ジュース釣り・綿菓子を楽しみました。

輪投げやジュース釣りはおやつをかけてのゲームでいつもよりもたくさんの歓声が上がっていました。

たこ焼き・綿菓子は出来上がる前からおいがホール内に漂い「早く食べた〜い」とあちこちから上がっていました。

楽しい秋祭りでしたね。来年の秋祭りは何をしてみたいですか？



口腔ケア教室

歯の磨き方を習いその場で
実際に磨いてみました

口腔体操も教えてもらいました

先日、北浦町より歯科医の先生をお招きし「口腔ケア教室」が行われました。

ここでは、2つ紹介します

- ①食後の歯磨きはもちろんの事寝る前の歯磨きが一番大切だそうです。
 - ②入れ歯を寝ている間外される方も多いかと思いますが、入れ歯を磨いて洗浄し装着したまま寝た方が、緊急時に対応ができるそうです。
- 皆様も歯を大切にしてください。



催し会

今月も素敵なステージ有り難うございました



うたごえ広場（コーラス）の方々の素晴らしい歌声に聞き惚れ、いつもとは違う時間を過ごせました。

一緒に歌ったり、合奏もしました。素敵な歌声ありがとうございました。



青空教室（ハーモニカ）



青空教室のハーモニカ演奏で懐かしい童謡に利用者の皆さんも一緒に歌っていました。

イントロクイズもありとても盛り上がりました。

ハーモニカの懐かしい音色によいしられていました。

ありがとうございました。

インフルエンザと風邪の違い

*風邪は喉の痛み鼻水、鼻詰まり、くしゃみ、咳、発熱（37℃～38℃）上気道症状が多い

*インフルエンザは38℃以上の発熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛を伴い急激に重症化しやすい

インフルエンザを予防するには

① 予防接種を受けましょう

11月から12月中に接種すると望ましい
接種メリット

感染拡大を防ぎ重症化を下げる

接種の副反応

部位に赤み晴れ痛みが出る（3～5日ほどで消失）



② 手洗い・うがい・マスクの着用

③ 適度な湿度を保つ・こまめな換気をする

④ 休養と栄養

⑤ 人混みに行かない



感染症が流行する時期になりました。

日頃から体を動かしたり、しっかり食事して感染症に気をつけていきましょう。

いつでもOK

体験・見学デイサービスできます

新規利用者様はもとより、回数を増やしたいなど、お気軽にご相談下さい。

食事代550円

一般財団法人 延岡市高齢者福祉協会

岡富デイサービス

〒882-0031

延岡市中川原町2丁目4951番地2

TEL 0982-21-8570 FAX 0982-21-8579

