

2020年1月



桃寿苑

だより

1日 (水)	(元日) 十勝温泉の湯		16日 (木)		
2日 (木)			17日 (金)	誕生会	
3日 (金)	十勝温泉の湯		18日 (土)		
4日 (土)			19日 (日)		
5日 (日)			20日 (月)	チャレンジゴルフ大会	
6日 (月)		カラオケ	21日 (火)	紅花昔遊び交流会	カラオケ
7日 (火)	新年会		22日 (水)		アッピー
8日 (水)		アッピー	23日 (木)		
9日 (木)	ホーム喫茶	レク	24日 (金)	血圧検温 診察日	
10日 (金)	血圧体重 診察日		25日 (土)		
11日 (土)			26日 (日)		
12日 (日)			27日 (月)	ホーム喫茶 理髪日	
13日 (月)	(成人の日)		28日 (火)		
14日 (火)			29日 (水)		コーラス アッピー
15日 (水)		コーラス アッピー	30日 (木)	避難訓練	
			31日 (金)		レク

新年の御挨拶



社会福祉法人 たてば友愛会
理事長 須田 潤一郎

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

年が明け、入居者の皆様にはご健勝にて良き年をお迎えのことと存じます。

令和の時代となり、新しい天皇が即位され、十二支のサイクルも「子（ね）」スタートとなりました。子年は植物に例えると成長に向かって種子が膨らみ始める時期であり、未来への大いなる可能性を感じさせます。また、ねずみは「ねずみ算」という言葉があるほど、子どもをどんどん産んで数を増やしていくことから「子孫繁栄」の象徴でもあります。

今年オリンピックが日本で開催される年でもあります。一流のパフォーマンスを味わいたいものです。

今年も入居者お一人お一人が元気で有意義に過ごされることをお祈りしております。



敬歩道

施設長 坂巻 政美

謹賀新年

昨年末に発表された、日本漢字能力検定協会による今年の漢字は「令」でした。新元号「令和」に新たな時代の希望を感じた一年。「令和」が日本最古の歌集・万葉集からの出典で、海外に美しい調和と説明されたことや、「令」の字が持つ意味・書き方にも注目が集まりました。新しい年を迎え、新しい元号である令和の時代が明るい年になることを願ってやみません。

職員一同、入居者の皆様が明るく元気に過ごされるよう努力してまいります。本年もよろしく願いいたします。

1月行事予定

◆新年会

日 時・・・1月 7日 (火)
元気に新年を迎えられたことを
お祝いしたいと思います。
今年も獅子舞に頭を嚙まれよう！



◆チャレンジゴルフ大会

日 時・・・1月20日 (月) 10:00～
場 所・・・食 堂
ビンゴで得点UP！さらに黄色マスで得点UP！
優勝目指してがんばりましょう！！前回の優勝得点は50点です。

◆紅花保育園昔遊び交流会

日 時・・・1月21日 (火) 9:40頃～
場 所・・・食 堂
園児達が昔遊びに挑戦します。
お楽しみに！



今月のお誕生者

1日	村上	初子	さん	14日	下田	秀子	さん(職員)
2日	山田	豊	さん	19日	谷萩	小夜子	さん(〃)
5日	内田	咲枝	さん(職員)	27日	熊川	史代	さん(〃)

おめでとうございます

新しく、加藤 光枝さん（12月 5日）

渡邊 由紀子さん（12月14日）

入居されました。皆さん宜しくお願いします。



「かぜ」と「インフルエンザ」の違いは？

毎年流行するかぜやインフルエンザ。流行や季節とは関係なくかかってしまうこともあります。かぜとインフルエンザの違いわかりますか？実はこれって重要で、原因や症状だけでなく、対処法も違うんです。「大して変わらないのでは？」と油断していると重症化してしまうこともあるので、注意が必要です。

かぜとインフルエンザは、似ている症状もありますが、原因となるウイルスが異なる別の病気です。一般的にはインフルエンザの方が重い場合が多く、どちらも免疫力や抵抗力の弱い人・呼吸器系の持病のある人にとっては、命にかかわる重篤な合併症を引き起こす可能性もあるので気をつけましょう。

「かぜ」

原因：アデノウイルス・ライノウイルス

症状：のどの痛み・鼻水・鼻づまり・くしゃみ・せき・発熱など

症状の現れ方：比較的ゆっくり

症状が現れる部位：のど・鼻など局所的

「インフルエンザ」

原因：インフルエンザウイルス（A型・B型・C型）

症状：高熱（38～40度）・頭痛・関節痛・強い寒気・せき・強い倦怠感・のどの痛み・鼻水など

症状の現れ方：急激

症状が現れる部位：全身

すぐにかぜをひいてしまう人・めったにひかない人、その違いは何でしょう？それは体に関わる免疫力。日頃から免疫力を高める生活を心がけ、かぜやインフルエンザに負けない体をつくりましょう。

免疫力を高めるには

- 外出後の手洗い ●バランスのよい食事 ●マスクをする
- 温度、湿度管理（適温18～20℃、湿度50～60%） ●ストレスをためない

（発行）

〒362-0016 埼玉県上尾市原新町27-1

社会福祉法人 たてば友愛会

軽費老人ホーム 桃寿苑

☎ (048) 775-1101