

2017年11月



# 桃寿苑

## だより

1日 (水)		アッピー コーラス	16日 (木)	誕生会	
2日 (木)			17日 (金)		
3日 (金)	(文化の日)		18日 (土)		
4日 (土)			19日 (日)	あすなる会	
5日 (日)			20日 (月)		
6日 (月)			21日 (火)		
7日 (火)	インフルエンザ		22日 (水)	射的大会	
8日 (水)		アッピー	23日 (木)	(勤労感謝の日)	
9日 (木)	ホーム喫茶	レク	24日 (金)	血圧検温 診察日	レク
10日 (金)	血圧体重 診察日		25日 (土)		カラオケ
11日 (土)		カラオケ	26日 (日)		
12日 (日)			27日 (月)	ホーム喫茶	
13日 (月)	理髪日		28日 (火)		
14日 (火)	ボランティア公演		29日 (水)		アッピー
15日 (水)		アッピー コーラス	30日 (木)	総合防災訓練	

# 散歩道

施設長 坂巻 政美

長雨が続き、冬の寒さも感じられる10月でした。台風の影響があったりお天気に関しては残念な結果でした。秋を楽しむ暇もなく冬入りでしょうか。インフルエンザ流行(?)の気配もあります。体調を整え、お過ごしください。

10月上旬紅葉を見に行ってきました。去年は福島県でしたので、今年は長野県にしました。10月上旬で紅葉の見ごろな所だと、まだ山の上のほうになります。ということで、白馬方面、梅池(つがいけ)自然園に行き先を決めました。梅池自然園は、中部山岳国立公園で標高1,900mに位置する日本有数の高層湿原です。山腹に広がる梅池自然園は、総面積100ヘクタール、一周約5.5kmの遊歩道が設けられ、気軽に楽しめるトレッキングコースです。晴れた日には白馬三山を中心とする山々を望むことができます。春の訪れとともに高山植物が咲き誇る、雲上の地。ひととき鮮やかな彩りの花を咲かせます。(宣伝の文言)

ここは、林間学校等で今まで数回行っていきますが、きれいに晴れたことはありません。今回も心配はお天気だけ。天気予報によると、行く日の午後から雨、翌日の午後から天気の回復が見込まれます。そのため、午前中に紅葉が見られるように



白馬岳大雪渓と紅葉風景 曇りの天気でも山ははっきり見えました

6時出発。約3時間半で駐車場に到着。ゴンドラとロープウェイを乗り継ぎ、10時前に梅池自然園に到着しました。湿原の木道は平らですが、わたすげ湿原の先は上り下りのある登山道もあります。3時間半をかけ、自然園を楽しんできました。自然園入口の梅池ヒュッテにて昼食後外に出てみると予想通り雨が降っていました。その後、早めにホテルに入り休憩。次の日の朝は雨その後曇り。安曇野ちひろ美術館と定番の大王わさび農場・安曇野アートヒルズミュージアムを観光し、1泊2日の楽しい旅は終了しました。素敵な紅葉が見られ満足でした。

# 11月行事予定

## 🏠 ボランティア公演

日時・・・11月14日（火） 10:30 ～

今回のボランティア公演は  
南京玉すだれ&マジックショーです。  
お楽しみに！！



## 🏠 あすなろ会

日時・・・11月19日（日） 13:30 ～

場所・・・食堂

舞踊・漫談など。

今年の演目をお楽しみに！！

## 🏠 射的大会

日時・・・11月22日（水） 10:00 ～

場所・・・食堂

前回優勝点数は71点です。

優勝目指してがんばろう！



## 🏠 総合防災訓練

日時・・・11月30日（木） 10:00 ～

消防署の職員の方が皆さんの避難の様子を見ます。

その後講話とDVD鑑賞があります。



## 今月のお誕生者

4日	小高	久子さん	19日	座間	啓子さん
11日	辻	ミヤ子さん	19日	菅野	淳夫さん
18日	内藤	久子さん			



# おめでとうございます



## <お知らせ>

1 1月から3月まで暖房費がかかります。

1ヵ月 **2,120円**です。

電気料と一緒に集金します。よろしくお願ひします。

## <インフルエンザ予防接種のお知らせ>

**11月7日(火)**

午前 11時00分 ~ 体温測定 (医務室)

午後 1時30分 ~ 予防接種 (食堂)

※ 当日は予定を入れないで下さい。

1時30分には全員が食堂に集まって下さい。



### インフルエンザ予防対策!!



うがいの励行



マスクの着用



手洗いの徹底

※ インフルエンザが流行る季節になりました。

インフルエンザにかからないために、手洗い・うがい・消毒は必ず行ってください。

外出時はマスクを着用しましょう。

特に病院へ行かれる時は着用して下さい。

咳や鼻水が出る時もマスクをしましょう!!

(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