

# 青い宙から

デイサービス青い宙便り 令和2年10月1日発行 発行者 (株)ベイシス デイサービス青い宙 発行責任者 石田 京子 http://www.aoisora-ds.jp

令和2年10月号(第72号)



日増しに、秋の深まりを感じられ、過ごしやすくなりました。朝・夕は、めっきり涼しくなり、 体調を崩しやすい季節でもあります。皆様におかれましては、お変わりございませんでしょうか? 風邪など引かれませんよう、くれぐれもお気を付けください(\*^\_^\*)

















敬老の日おめでとうございます。

いつも素敵な笑顔に励まされています。 感謝の気持ちを込めてお祝い致します。



## あおいそら健康教室

知って、予防。みんなで、安心! 結核は、昔の病気と思われがちですが、今でも世界の 死亡原因のトップ10に入る病気です。

#### 【結核とは、どんな病気?】

結核菌によって、肺に炎症が起きる病気です。 風邪に似た症状で始まります。

- ①痰のからむ咳が2週間以上続いている。
- ②微熱・身体のだるさが2週間以上続いている。
- ①②のいずれかに当てはまる人は早めに受診しましょう。

高齢者の場合、このような症状が出ない場合も 有ります。年に1度は、検診を受けましょう。

#### 【結核は、感染するの?】

「せき」や「くしゃみ」などのしぶきと一緒に結核 菌が空気中に飛びちり、それを周りの人が吸い込 むことで人から人に感染します。

感染した人の、1~2割の人が発病します。

#### 【結核は、予防できるの?】

健康的な生活が免疫力を高め、予防に繋がります。

- ①適度な運動。
- ②十分な睡眠。
- ③バランスの良い食事。
- ④タバコを吸わない。





# 【思い叶え隊】出動!!

### 日々の生活の活性化と目標に合わせた屋外活動の取り組み

お一人お一人のご希望をお伺いすると共に、ケアプランに沿った機能訓練の一助とさせていただいております。

T・N様の思い「佃煮屋の「島乃香」さんへ行きたい」 10月のイベント



訓練となりました(\*´∀´)

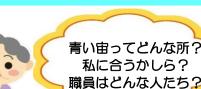




今回の思い叶え隊のテーマは、「佃煮屋さん「島乃香」へ行きたい」です。昔よく行った佃煮屋さんに行けて、「懐かしいわ〜」と喜ばれていました。沢山の佃煮を「何が美味しいかな〜?」と言いながら見物されました。外出の機会が少なくなり、今回が良い社会参加と屋外歩行

お誕生会

5日14時~



# デイサービス青い宙 概要

サービス提供時間		8:30 ~ 16:40 / 9:30~15:45
休 業	В	日曜・年末年始(12月30日~1月3日)
電話番	믕	086-277-4447



1日体験利用大歓迎♪ お食事&コーヒー付 500円