# 

# 2021年10月号

瀬谷区橋戸 3-69-2 045-300-0606 発行責任者 飯塚陵子

小規模多機能型居宅介護

わくわくの里

10 月の誕生石:オパール

「幸運」「忍耐」

\*>\*\*>\*\*>\*\*>\*\*>\*\*>\*\*>\*\*>\*\*>\*

日差しが暑くても心地よい風が吹き、季節はすっかり秋 ですね。スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋、芸術の秋、 収穫の秋…どんな秋がお好みでしょうか。過ごしやすいこ の季節をたくさん楽しみましょう。



### 活動の様子

皆さんで季節の壁面作りをしたり、塗り絵やゲームなど、

楽しく過ごしています。



玄関にはみかんがなっています♪









ハイゼットからバトンタッチ、 「シエンタ」です。安全運転を 心がけます。

## 防災訓練







9/28 に、火災、水災、震災の防災訓練を 行いました。災害時にどうしたら良いか、 ご利用者様と一緒に再確認しました。







#### 「敬者祝い膳」

9/20、21、22 に、食担が腕をふるった料理を詰めた お重で、ご利用者様の長寿をお祝いしました。









中止のおしらせ 10月の墨笑会、地域交流会、野菜販売は中止となります。

#### ・・・・・~わくわくの里からの耳より情報コーナー~ ★衣替えの豆知識★

【最低気温が 18℃を切ったら、秋の衣替えのタイミング】

#### 衣替えの手順

- ①不要な服を処分する
- ②クローゼットを掃除する
- ③収納する衣類の「しまい洗い」をする
- ④しまう服を収納する

#### 捨てる基準

- ①サイズが合わない
- ②色あせ、シミ、型崩れ
- ③今着たい服かどうか



#### ※ 気温の変化に対応できるように、半袖も数枚残しておきましょう。

液体酸素系漂白剤などで しっかり皮脂汚れを落とす

#### 夏服の汗じみに注意!

液体洗剤と液体酸素系 漂白剤でつけ置き洗い。

〈困りごとランキング〉



2位 しわ

3位 臭い

4位 色あせ

5位 虫食い

弱水流コースでやさしく 洗う。柔軟剤もおすすめ。

おしゃれ着用洗剤で洗い 陰干し、部屋干し。

衣装ケースの一番上に 防虫剤を置く







