

令和5年12月号

女性利用者さん作

# すみれ だより

12月の生活目標  
皆と協力しましょう。

## ★11月の行事・活動報告★

### 16日 お楽しみ会(お菓子バイキング)

どれにしようか迷いながら、楽しそうにお菓子や飲み物を選んでいました。



### 23日 本町ふるさとまつり

4年ぶりに本町ふるさとまつりが開催されました。久しぶりのふるさとまつりに、皆さんとても嬉しそうでした。

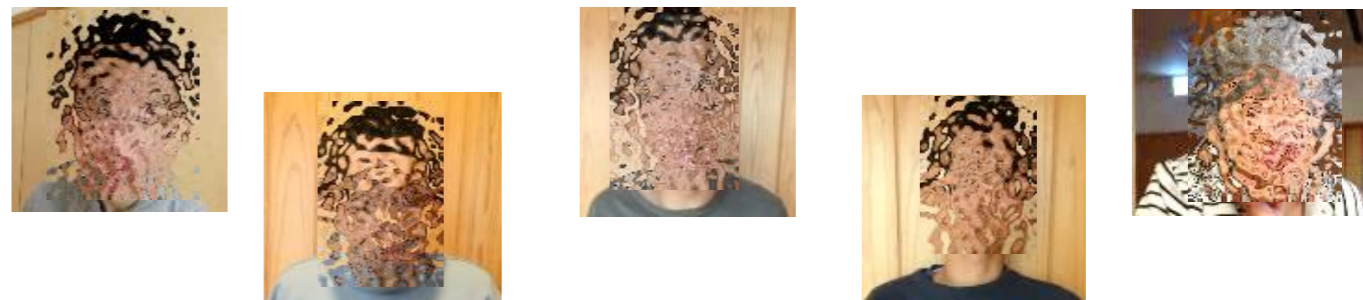


### 14日 啓明会総合防災訓練

啓明会総合防災訓練が行われました。皆さん慌てることなく、落ち着いて避難することができました。



誕生日おめでとうございます。



### 11日 誕生会

11月は、M・Yさん、K・Mさん2名の方が誕生日を迎えられました。おめでとうございます。



### にんにくの皮むき

皆さん集中して皮むき作業されていました。



### 支援員より

日ごとに寒さが身にしみる季節となりました。皆様いかがでしょうか。私は去年の9月より、こちらの第二天草学園で勤務させて頂いています。元々、自ら話す事が苦手で、初めは不安な事ばかりでしたが、朝から玄関で迎えて下さる方や話し掛けて下さる利用者の方のおかげで、無事に今を迎える事ができ、感謝しております。

利用者さんの平均年齢が40代を超えてきており、40代は体にとって大きなターニングポイントと言われています。ホルモンバランスが崩れ、筋肉や基礎代謝が衰えてくる年代となってくる為、これからは、さらに今の体力や筋肉を維持しながらの病気の予防と早期発見が大切となってきます。利用者さんとの「今」という時間を大切に、少しの体の異変にも気づけるよう精進して参ります。

また、毎日楽しく安心して過ごして頂けるよう支援していきます。最後になりますが、連日ニュース等で伝えられている、インフルエンザやプール熱も時期を外れ流行しております。園内でも感染対策を強化していきます。今年も残すところあと僅かとなりました。これからも変わらぬ、ご支援ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。寒い日もまだまだ続きますので、お体に気をつけて良い年をお迎え下さい。

第二天草学園 生活支援員 小平愛実