



本格的な冬が訪れましたね！

段々と冬らしい季節になりました。オ・サーバでも、年末に向けて慌ただしい毎日が続いております。これから本格的な寒さとなりますが、元気に・楽しく過ごせるように準備しております。

行事報告 展示会表彰・運動会等

秋の展示会も無事終了し、表彰式が行われました。ぬりえや詩、毛糸の織物などの作品が揃い、作品の合計数は45点、27名の参加者にご応募いただきました。表彰者には、絵の具など、参加賞としてはハンドクリームをプレゼントさせて頂いております。

また、筧ユニットでは運動会があり、お菓子つかみ競争・風船割りなどのゲームを楽しんでおられました。なお、お菓子は利用者さまの状態に合わせて、個々に配慮しております。



【コラム】12月22日は、冬至の日!!

冬至とは、太陽の位置が1年で最も低く、日照時間が最も短くなる日になります。この冬至に、かぼちゃを食べるといふ風習がありますが、その理由は以下のような理由があるとされております。

- ① かぼちゃの別名「なんきん」
「ん」のつくものを運盛りといい縁起をかついでいた。



- ② 栄養をつけて寒い冬を乗り切るための知恵

さて、では実際に栄養はどうなっているのかというと、ビタミンA,C,Eやカルシウム、鉄分がバランスよく含まれており、風邪予防や冷え性、がん予防、動脈硬化予防など、この寒い時期に摂取しておきたい栄養がしっかりと含まれております。昔の風習ではありますが、栄養学的にも、冬に摂取することが大切なんです。



管理栄養士 中村

【重要】入居者様の面会について

現在も依然として、新型コロナウイルスのまん延が続いておりますが、オ・サーバ aioi では、感染対策を実施しながら、面会を継続しております。まずは、お気軽にご相談ください。

- ・面会日時は基本的に月～金曜日（年末年始除く）
10:00～15:30（お昼除く）
- ・前日までにご連絡ください。（1日3組程度）
- ・体調の良好な方2名様程度。
- ・面会は施設外又は交流室にて15分程度。
- ・ワクチン摂取したことがわかる書類のご提示協力



～職員紹介～

☆看護職員

岡村 和恵

オ・サーバ aioi 特養に入職し2年目になります。看護職経験は長いのですが、特養は初めてで悪戦苦闘し現在に至っています。

これからも入居者様お一人おひとりが安心・安全に生活が送られるよう、お手伝いをしていけたらと思っております。

【お知らせ】「移動販売」について

ご利用者さまにお買い物の楽しみを・・・！現在、当施設では、移動販売の受け入れを実施しています。午前11時ごろは、パン屋「メルヘン」さん、午後15時ごろは、移動スーパー「とくし丸」さん（どちらも木曜日）。お買い物も、立派な日常生活での支援のひとつと考えています。お好きなものを選び、購入し、店員さんと談笑する。そんなひときは、生活の質を豊かにしてくれます。施設に来られた際に、運良く巡り会えましたら、ぜひご利用ください。



【お知らせ】事務所の年末年始について

先月号でもお伝えしました通り、事務所の年末年始休暇は下記のとおりです。特養ショートステイ、小規模多機能の介護サービスは継続ですが、預り金などの諸手続き、面会やショートステイ送迎は原則お休みとなります。

☆12月30日（金）～1月3日（火）



ご不明な点等ございましたら、お早めにご相談ください。

小規模多機能型居宅介護

今年最後の日のぬくもりを感じながら…

徐々に寒さが増し、屋外での散歩も厳しい日が続くようになりました。

それでも少しでも暖かい日は日に当たれるように場所を探していたら、普段あまり使わないベランダが風もなく意外と快適であることがわかりました。季節を感じるためにも、屋外での活動をできる範囲で続けています。



寒い日だからこそ余計に日の暖かさが感じられます。

年末年始の営業について

オ・サーバ aioi は 365 日営業ですので、年末年始も通常通りのサービスを行います。

ただし泊まりサービスについては予約が多いため、いつもの予定以外の日に利用したい、臨時で利用したいという場合はお早めにご相談ください。



サービス付き高齢者向け住宅



皆既月食の夜

11月8日の夜。

世紀の天体ショーを見るために、夕食後から皆既月食の話題で持ち切り。天候も良く、ベランダの方向からきれいな月の姿を見ることができました。食が最大となる19時59分になっても誰も部屋に帰ることなく、ずっとみんなで月を眺めていました。



♪ 特別養護・ショートの様子 ♪



♪ 小規模多機能の様子 ♪



～編集後記～

先月号にて、不要な新聞のご寄付のご協力をお願いしたところ、いろいろな方からご寄付を頂き、大変ありがたく思っております。なお、新聞紙の施設の大掃除にも大活躍。濡らして窓拭きに使用すると、インクの効果でキレイに仕上がります！ぜひ、ご家庭でもお試しください。さて、書面で恐縮ではございますが、良いお年をお迎えください。（内田）

今月号のテーマ色は白群（びやくん）：冬の空のような、青く澄み渡った空の色です。群青という鉱物性顔料を細かく砕いた色になります。

複合型高齢者福祉施設 オ・サーバ aioi

住所：山口市下小鯖 11331-12

TEL: 083-902-1521(代表)

アゲアゲ!

