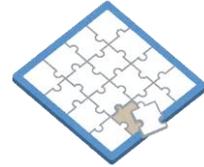




「 2020年 」



支援員 白石なつみ

令和 2. 366号

【つくし園】

〒791-8041

松山市北吉田町

77-34

TEL(089)951-5331

FAX(089)951-5348

2020年もあっという間に残り1カ月となりました。

皆様、今年を振り返っていかがでしたか？今年は何年とは違ったことが多く、生活にも変化があったと思います。

以前の巻頭文で趣味の旅行について書かせて頂いたのですが、この時世でステイホームということもあり県外旅行に行くのは難しく、予定していた計画も中止せざるを得ない状況でした。

そしてお家にいることが多い今、何かお家で楽しいことはできないかな・・・と考えた結果、白石にも新しい趣味が見つかりました。それは「ジグソーパズル」です。小さいころ入院していた時に、両親が私を少しでも元気づけようとジグソーパズルやぬり絵を買ってお見舞いに来てくれたことを思い出し、ジグソーパズルを始めました。

私は元々細かいことが苦手なので、最初はすぐに飽きるかなと思っていましたが、取りかかると時間を忘れてしまい気が付けば2時間も・・・という時もあるほど集中しています。

仕上がる達成感があり、部屋に飾ったり崩してまた最初から始めたりと熱中しています。最初は300ピースのパズルをしていたのですが、次は1000ピースのパズルを購入してみようかと考えています。

皆さんのお家での楽しい過ごし方をぜひ教えてください！

そして来年もまた新たな趣味を見つけ、仕事もプライベートも充実した生活が送れるよう頑張ります。

## 12月の開園日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

・19日(土)は開園日です。

## 12月の行事予定

- ・19日(土)・・・クリスマス会
- ・24日(木)・・・誕生会
- ・28日(火)・・・年末大掃除
- ・29日(水)・・・忘年会(園内)



※30日～1月3日まで年末年始休暇

## インフルエンザの予防接種をしました

11月12日(金)につくし園内で沖永内科医院の沖永先生に、希望利用者と職員がインフルエンザの予防接種をしてもらいました。

今年は各ご家庭や施設でも新型コロナウイルス感染予防対策に努めておられると思います。そんな中、毎年のことですがインフルエンザも徐々にニュースで報道されるようになりました。インフルエンザと新型コロナウイルスは似通った症状が現れるためか、対応が遅れて重症化してしまう危険もあるようです。

予防接種をすることもそうですが手洗いうがい消毒などの基本的な対策から、免疫力を高めるために運動や食事の面も気を付けて行ければと思います。

もし、体調面や予防に関してでも気になることがあればお気軽にご相談下さい。



# いもたきパーティー



11月13日(金)につくし園でいもたきパーティーを開きました。当日は気候も良く秋の陽気を感じながら園庭に机と椅子を設置して調理員が作ったいもたきや唐揚げを食べました。他にもおにぎりやみかんも用意しました。愛媛県独自の風習のようですが秋にいもたきを食べて季節を感じることができ、皆さん沢山おかわりされてとても満足されたようでした。

食事の後は玉入れとダンスを行いました。ダンスでは皆さんが知っている「炭坑節」や「パプリカ」を踊りました。こういったダンスは室内で行うには十分なスペースがなく、安全確保のため普段参加は辛い利用者の方も、一緒に園庭で踊ることができとても明るい表情を見せてくれました。玉入れも3チームに分かれて対戦形式をとったことで白熱の戦いとなり、皆さん楽しまれています。

## 津波避難訓練

11月27日(金)の13時30分から津波を想定した避難訓練を実施しました。毎月行っている火災を想定した避難訓練では園の正門前までの避難となっていますが、今回は地震発生から後の津波も想定した訓練となっており、地震発生時には机の下や障害物のない場所へ避難し安全確保と確認、情報収集をした後、近くの松山西クリーンセンターへの避難となっています。毎月、火災の避難訓練も行っていますが利用者の方は混乱することなく支援者の指示に従って避難することができていました。歩行での避難が困難な利用者の方も素早く乗車できるよう、日々の送迎の乗り降りも意識して介助していきたいです。

