



↑ 新年1回目の元気の会で、会長となったCさんの昔話に皆が盛り上がっていました。

# 元気の会 ニュース

発行：平成30年1月号

## 「新年あけましておめでとうございます。」

### 【元気の会 6回目より】

新年を迎えた『元気の会』は、インフルエンザ流行にて1/12(金)だけの開催でしたが、皆さん元気で通院や会への参加が続いています。

まだまだ流行時期なので、今回は、予防法についてお知らせします。

### 【インフルエンザ予防対策】

#### #1. 流行前に

#### インフルエンザワクチン接種

#### #2. インフルエンザ流行したら、

- ① 人込みや繁華街への外出を控える。
- ② 外出時にはマスクを利用。
- ③ 室内では、加湿器など使用して、適度な湿度に。
- ④ 十分な休養、バランス良い食事。
- ⑤ うがい、手洗いの励行
- ⑥ 咳エチケット

※ 厚生労働省ホームページ

「インフルエンザの基礎知識」より

### 【活動の様子等】

今回は、12/28忘年会、1/12通常会となりましたが、お正月は、独居の為、「一言も話さず1日終わる事がある」との話が出て、皆と会えた事から会は盛り上がりました(写真参照)。お知らせとして、筋トレマニュアル完成し、配布中です。申し込みはスタッフまで!

### 【活動の予定】

活動の予定は、以下の通りとなっております。

- 2月 1日(木) 14:00~16:30  
(節分行事で豆まき・恵方巻を作る予定)
  - 2月 16日(金) 14:00~16:00
  - 3月 2日(金) 14:00~16:00
- ※毎週木曜日に作業療法士と個人活動による余暇活動等を試験的に実施中です。  
14:00~16:00。

※ その他：無料送迎を行っています。

### 【会の参加対象及び参加方法】

参加者は、原則、通院・訪問看護利用・認知症で在宅生活をされている方としております。参加希望の申し込みは、藤原 迄お申し込み下さい。

※ 本人・家族で可能です。



カラオケを熱唱するヨネさん

↑ 写真：(ヨネさんの今月ベストポーズ)



本年もよろしくお願ひ申し上げます。