



# スマイルハートおがわたより



11/6～11/8  
コップ送り合戦  
棒たたきゲーム  
サッカーダーツ

秋の大運動会！  
皆様の一生懸命の姿とたくさんの  
笑顔が見られ職員も楽しく  
参加させていただきました。  
ありがとうございました。

11/10～11/12  
綱引きロープゲーム  
棒サッカー  
お皿引きゲーム



がんばれ！  
がんばれ！



紅組！白組！  
どちらも  
頑張ってください！



メダルをもらって  
ニコニコ！







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

**11月25日に**  
避難訓練を行いました。  
参加された方たちのご協力もあり  
事故もなく行うことができました。  
ありがとうございました。

## お知らせ

介護タクシーと保険外自費  
サービスを 12月1日より  
始めます。



### 年末年始のお休みのお知らせ

12月30日から1月4日まで

デイサービスはお休みとさせていただきます。  
(宿泊サービスは通常通り行っております。)

お休みに合わせて歯ブラシの交換と上履きをお持ち帰りになり洗うことをお勧めします。



### インフルエンザ予防に大切なこと

- ・正しい手洗い
  - ・流行前のワクチン接種
  - ・十分な休養とバランスの取れた栄養摂取
  - ・適度な湿度を保つ
  - ・人混みや繁華街への外出を控える
  - ・室内ではこまめに換気をする
- などの事に注意して過ごされてください

### 冬の寒さは3タイプ

私たちが感じる「寒さ」は3タイプ  
あることをご存じですか？

風が強く耐熱を奪う「**風冷え(かざびえ)**」、足元からじわっと冷える寒さを「**底冷え(そこびえ)**」、湿度が高く朝も日中も変わらず長時間の低温にさらされる寒さを「**湿気寒(しけざむ)**」といいます。寒さのタイプ別に防寒対策をしましょう。



発行所 デイサービスセンター スマイルハート おがわ

発行担当 延時

〒311-3423 小美玉市小川415-1

TEL 0299(56)5600

Fax 0299(56)6600

メール [kabushikigais.syoujitomoya@topaz.plala.or.jp](mailto:kabushikigais.syoujitomoya@topaz.plala.or.jp)

HP <http://wellness-sp.com>

