

民医連鋼領より

私たち民医連は、  
無差別・平等の医療と、  
福祉の実現をめざす  
組織です。

# 高原新聞

発行所：高原テイサービスセンター  
発行日：2023年月日()

高原テイサービスセンター  
京都市左京区田中高原町 26  
Tel 075-706-6507  
Fax 075-706-6715

## 秋のガーランド製作

高原のフロアに飾る、可愛いガーランドをみんなで作りまし  
た。ハサミやノリを使い、型取りから仕上げまで丁寧にと  
ずし完成させてくださいました！ドングリや紅葉、イチヨウ  
や栗など、秋をひきは詰め込んで色とりどりの作品に仕上  
がりましたね！利用者様にも、フロアで過ごされる時間の  
中、存分に秋を感じていただければと思います。



暑かった夏も終わり、鈴虫の鳴き声や、秋晴

れのうららかな雲など、秋の訪れを感じる季節とな

りましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

高原デイサービスセンターでは、まだまだ流

行しています「コロナウイルスやインフルエンザ

に細心の注意を払いながら、「おむすび作り」

や、「秋祭り」など、新しいレクリエーションに取り

組みました。

秋は、「スポーツの秋」「読書の秋」「芸術の秋」

「食欲の秋」など楽しみがたくさんあります。職

員一同、これからも、利用者様と一緒に楽しむ

素敵な時間をたくさん作ってほしいと思います。

います。今後とも宜しくお願いいたします。

所長 中島 督

## おむすびづくりパーティー

8月、9月にかけて、日替わりで、お昼ご飯の時間におむす  
びレクリエーションを行いました！  
普段食べておられるご飯の量をそれぞれ「半分」で包みお渡し  
する、初めは「どうするんや？」とおっしゃっていた利用者  
様も、やり始めるにつれ「おむすび」に慣れてきたおっしゃって  
ました。のりたまたまのふりかけも大好評でした！またみんなで  
作りましょうね！



## インフルエンザの

### 予防接種を受けましょう！

2023年10月5日から予防接種を受けられることが  
できます。

抗体ができるまでは約1か月、効果期間は5か月程度  
期待できます。高齢者や持病のある方などは、インフ  
ルエンザワクチンの予防接種が強く推奨されています。  
す。予約できる場合は早め「予約し、10月中旬には接  
種するようお願いいたします。

#### インフルエンザの感染経路は

#### 「飛沫感染」と「接触感染」です。

##### 「飛沫感染予防」

咳やくしゃみが出る場合、周囲の人が咳やくしゃみ  
をしている場合は、直接人にかからないようマスクを  
着用しましょう。

##### 「接触感染予防」

手洗いは、接触感染予防に効果的です。食事前や、帰  
宅時など、しっかりと石鹸で手を洗いましょう。

マスクの着用や、手洗い以外にも、室内の湿度を50%  
〜70%程度を保つことも効果的といわれています。  
また、抵抗力を下げないために、規則正しい生活を送  
りましょう。体調を保てるように適度な運動を行い、  
睡眠はしっかりと、バランスの良い食事を摂ることが  
大切です。

# 屋台で楽しむもう！ ～秋まつり～

高原では、9月に秋祭りを開催しました！  
 昼食をバイキング形式にして、皆様に好きなものを召し上がっていただきました。日替わりで  
 3日間、おでんやカレー、ちらし寿司、かやくご飯、たこ焼きなどのメニューでおもてなし！  
 「美味しいな〜！」と、とても喜んでいただけて楽しい時間を過ごすことができました！

おでん

焼きそば

かしーライス

ちらし寿司

たこ焼き

チヨロバナナ

かやくご飯

手作りちょうちん



フライドポテト★



あつあつおでん～



やきそば★



飾り付けも自分たちでやりました！



お屋は毎回  
これがいいです！

みんなで炭坑節も  
踊りました！  
ヨイヨイ♪



好きなものを選んで  
いただくバイキング  
形式です！

いらっしやいませ～！



みんな一緒に



いただきま～す！



焼きそば担当は所長！  
ハチマキが似合ってます！