



食中毒に、まだまだ気を付けましょう

初秋の時期も過ぎ朝晩は少し涼しさを感じる季節になりました。しかし、日中の暑さが続くこの季節、「食中毒」について考えてみましょう。

みなさん、食品の管理はきちんとされていますか？ 涼しくなってきたから、このくらいなら大丈夫だろうと置きっぱなしにしたりしていませんか？ 9月は食中毒が増える季節でもあります。朝晩は涼しくても、日中の暑さが続きます。熱中症予防もまだ必要な気候で、こまめな水分補給も必要です。多くの方がペットボトルなどの飲料を口にされると思います。直接口をつけて飲んだペットボトル飲料には、時間が経過するほど多くの細菌が増殖していきます。食中毒と言っていると、食材や腐敗した食品などからの影響を考えがちですが、このペットボトルからの細菌は要注意です。

細菌を増やさないためには？

1. グラスやコップなどの他の容器に移して飲むこと
2. 冷蔵庫に保管すること
3. 早めに飲み切ること

多くの方が日常的に利用している便利なペットボトル飲料ですが、取り扱い方を誤ると思わぬ危険があるかもしれません。

これから秋の季節に向け、美味しいものを数多く見かける季節になります。「食欲の秋」を食材や食品の取り扱いに十分に注意しながら楽しみましょう。

9月

行事予定表

済生会鹿児島地域福祉センター

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
☆ GHハイランド (グループホーム武岡ハイランド) ☆ GH5丁目 (グループホーム武岡5丁目) ☆ 武デイ (武岡台デイサービスセンター) ☆ ケアハウス (シルバーフラット武岡台) ☆ 杜 (なでしこの杜)				武デイ: ボーリング 武デイ: ストラップ	1 武デイ: ピンポン飛ばし 武デイ: 数字合わせ ケアハウス: カラオケクラブ	2 武デイ: キックパッカー 武デイ: ミニ花かご ケアハウス: 映画クラブ
4 武デイ: フリスビー 武デイ: ミニ花かご 5丁目: 誕生会	5 武デイ: ひっくり返し 武デイ: 砂時計 ☆パンの移動販売	6 武デイ: 取って守ろう 武デイ: 砂時計 杜: 理美容の日 ☆セブンイレブン移動販売	7 武デイ: 巻き巻きゲーム 武デイ: ストラップ ケアハウス: ケアハウス喫茶 杜: もりもりクラブ ☆笑味ちゃん号移動販売	8 武デイ: 輪蹴り 武デイ: トンボ壁掛け	9 武デイ: うちわゲーム 武デイ: トンボ壁掛け ケアハウス: 団子作り 杜: お団子作り・カラオケ	10 武デイ: ペットボトル立て 武デイ: 算数プリント ケアハウス: 美術クラブ 杜: もりもりクラブ
11 武デイ: ボーリング 武デイ: コスモス飾り ☆パンの移動販売	12 武デイ: ピンポン飛ばし 武デイ: コスモス飾り ☆パンの移動販売	13 武デイ: キックパッカー 武デイ: 花飾り ケアハウス: ドライブ ☆セブンイレブン移動販売	14 武デイ: フリスビー 武デイ: 花飾り 杜: もりもりクラブ ☆笑味ちゃん号移動販売	15 武デイ: ひっくり返し 武デイ: 数字合わせ 杜: 理美容の日	16 武デイ: 取って守ろう 武デイ: くまスコット ケアハウス: カラオケクラブ	17 武デイ: 巻き巻きゲーム 武デイ: くまスコット ケアハウス: 映画クラブ 杜: もりもりクラブ 杜: 敬老秋祭り
18 武デイ: 輪蹴り 武デイ: ぶどうストラップ ☆パンの移動販売	19 武デイ: うちわゲーム 武デイ: ぶどうストラップ 5丁目: 敬老の日 ☆パンの移動販売	20 武デイ: ペットボトル立て 武デイ: カードゲーム ☆セブンイレブン移動販売	21 武デイ: ボーリング 武デイ: フクロウ飾り ケアハウス: ケアハウス喫茶、誕生会 杜: もりもりクラブ ☆笑味ちゃん号移動販売	22 武デイ: ピンポン飛ばし 武デイ: フクロウ飾り	23 武デイ: キックパッカー 武デイ: カレンダー	24 武デイ: フリスビー 武デイ: カレンダー ケアハウス: 美術クラブ 杜: もりもりクラブ
25 武デイ: ひっくり返し 武デイ: カレンダー ☆パンの移動販売	26 武デイ: 取って守ろう 武デイ: ミニひょうたん 杜: 理美容の日 ☆パンの移動販売	27 武デイ: 巻き巻きゲーム 武デイ: ミニひょうたん ケアハウス: 花火 ☆セブンイレブン移動販売	28 武デイ: 輪蹴り 武デイ: 秋の壁画 杜: もりもりクラブ ☆笑味ちゃん号移動販売	29 武デイ: うちわゲーム 武デイ: 秋の壁画 杜: カラオケ喫茶	30 武デイ: ペットボトル立て 武デイ: 秋の壁画	



☆ GH5丁目 不定期で音楽療法を行っています！
 ☆ 杜 毎週水・土曜日 ⇒ もりもりクラブ (集団リハ)
 ☆ 武岡台デイサービスセンター
 パワーリハビリ・カラオケ・生活リハビリ等
 レクリエーションを毎日、日替わりで行っています！

※ 移動販売 (杜、ケアハウス)



人生というキャンバスに！！

私は、時折絵を描くことがあります。皆さんは描かれることがありますか。どうぞ想像してみてください。「肌の色ってどんな色でしょう・・・？」

色鉛筆や水彩絵の具など、「肌色」と表記のある具材を塗れば、「肌色」は表現できます。しかし実際に見る物や人物には、光の当たる部分や影になる部分、そして奥行きなどがあります。明るい色や暗い色、薄い色、くすんだ色など、さまざまな色があります。単色では表現できない色も多くあります。黄色や茶色、白色等の基本的な色、そして、動脈の「赤」や静脈の「青」等の血の色など、混ぜたり重ねたりしていくと、より深みのある素敵な「肌の色」を描くことができるものです。

次に、人が歳をとることについて、考えてみてください。

年を「重ねる」という「人生：そのひとらしさ」ってどうでしょう？

生まれてからこれまでの道のりをいろいろな人に支えられて、時には摩擦があったりしながら、さまざまな景色を心や体に刻んできたからこそ、今の自分があるのだと思います。

「肌の色」の例で挙げた「色の描き方」と「人生：そのひとらしさ」は少し似ているところがあるように感じます。辛いことや悔しいこと、楽しいことや嬉しかったこと等を、混ぜ合わせ重ね合わせて出来たその人の色（その人らしさ）、それぞれ一人一人の色は、深みのある色になっていくものだと思うからです。

年を重ね続ける時の中で、深くてきれいな色の自分を描いていけることができますように・・・

ホームヘルパーステーション高喜苑

敬老の日

少しずつ秋の気配が近づいてまいりました。

9月に入り、まだ日中は汗ばむ気候ですが、時折涼しい風が吹き、季節の移り変わりを感じます。

さて、今年は9月19日が敬老の日です。グループホームの入居者様は、人生の大先輩で皆様が高齢の方々です。この日は、コロナ感染症予防対策もあり盛大なお祝いは出来ませんが、ささやかですが敬老をお祝いしたいと計画しています。

敬老の日は、もともと兵庫県で行われていた敬老行事が全国に広がり、老人福祉法で「老人の日」と制定され、1966年に9月15日を「敬老の日」、祝日として制定されたそうです。

人生100年の長寿社会と言われていますが、全国で、100歳以上の高齢者は、昨年の統計では、8万6000人余りとなり51年連続で過去最多を更新しているそうです。また、10万人あたりの数では、鹿児島県は全国3位となっており、有数の長寿県となっています。

長寿のお祝いをするとともに、これからの人生を、そして、人生の最終幕を悔いなく過ごしていただけるようお手伝いをさせていただきたいと思っております。

グループホーム武岡ハイランド
