

## 油断大敵！秋冬の感染症対策

秋冬はインフルエンザだけでなく、ウイルスや細菌による感染性胃腸炎や呼吸器感染症など、ときには集団感染を引き起こす感染力の強い感染症が流行する時期です。

大人、子どもに限らず、冬場はノロウイルスやロタウイルスなどのウイルス感染による「ウイルス性胃腸炎」が流行します。

特にウイルスは、気温や湿度の低下に伴って活性化し、人間の体内で増殖して強い感染力を持って人から人へと広がります。

感染力が強い感染症から身を守るには、ウイルスや菌の特徴や感染の仕方を知り、体内に侵入させないよう「手洗い」「うがい」を徹底することが大切。

睡眠不足や過労、栄養不足を避け、からだの抵抗力を高めましょう。

抵抗力があれば、ウイルスや細菌が体内に侵入したとしても自らの力で撃退することができます。体力に自信がある方も感染症を他人事と捉えず、しっかり予防と対策に取り組みましょう。



## クロスワードパズル

### タテ

- (1) 台風の が気になる。
- (2) 甲 丙。
- (3) ホテル。タイム 。
- (4) 「 も方便」
- (5) 入力 。解答 。
- (6) 7月26日は「 の日」です。  
1825年、江戸の中村座で怪談の代表作といえる「東海道四谷怪談」が初演されたそうです。
- (7) 7月9日は「ジェット の日」です。  
1955(昭和30)年7月9日、日本で初めて後楽園遊園地に本格的なジェット が設置されたそうです。
- (8) キーボードと同じくらい使う入力機器。  
。
- (9) この問題は「6 × 6 」です。

### ヨコ

- (A) 濃い口・薄口などがある調味料。 。
- (B) ドリフト 。グリップ 。
- (C) 汚れた水を して不純物を取り除く。
- (D) 透かし編み模様。 。
- (E) 値段。価格。 。
- (F) 大気 。薬物 。
- (G) 猫の代表的な名前。 。
- (H) 「 の一声」
- (I) 脂身が多いのはヘレより 。

1	A		4	6		8
			B		7	
C	カギ	3		D	カギ	
			E	カギ	5	
2	F				G	9
H						
					I	カギ

上谷 聡志

### 編集後記

うららの夏祭り、淡河ふるさと祭り出店時には、多数ご協力ご参加いただき、ありがとうございました。遠方よりお越しいただいたご家族の方、盆踊りや出し物の練習に励まれた方、準備や手配を手伝ってくださった方...ありがとうございます。利用者様、地域の皆様と共に、職員も楽しませていただきました。子どもさんご年配の方も、お祭りの日は心待ちにされてるのではないのでしょうか。

「うらら」のある淡河町では、年間を通じて様々なお祭りがあります。四季を感じながら、今後も楽しみたいです。

植本 真由美

# うららだより

発行日 平成24年10月1日

発行者 武下 浩  
編集者 広報委員会

## 37号



医療法人社団 康明会 介護老人保健施設「うらら」  
〒651-1603 神戸市北区淡河町淡河字長松寺 574  
TEL 078-950-5177 FAX 078-950-5188  
URL: <http://www.roken-urara.jp>



私たちは  
地域のみなさまが  
自分らしく生きるために  
心のこもった医療と介護で  
応援します。



デイケア ちぎり絵製作  
「お団子が食べたくなるような作品です」

今後の 行事予定	11月	12月	1月	2月
施設 全体	5(月) ~19(月) 文化祭 週間	16(日) クリスマス会		
デイ ケア		クリスマス イベント	4(金) ~10(木) 初詣予定	
2階	13(火) 音楽療法 7(水) そば打ち 9、23(金) 書道	11(火) 音楽療法 14、28(金) 書道	8(火) 音楽療法 11、25(金) 書道	12(火) 音楽療法 8、22(金) 書道
3階	6(火) 音楽療法 毎月 エトクッキング	4(火) 音楽療法 毎月 エトクッキング	15(火) 音楽療法 毎月 エトクッキング	5(火) 音楽療法 毎月 エトクッキング

## クリスマス会のお知らせ

日時: 12月16日(日)  
13:30~受付  
14:00~クリスマス会  
15:00~茶話会(終了16時頃)

場所: 1階 デイケアルーム

内容: ヤマハ音楽教室の  
福田先生をお迎えして、  
楽器演奏、コーラスをします

クリスマス会のあとは、各階で茶話会  
をしますので、ぜひご参加ください。  
職員一同、お待ちしております!!



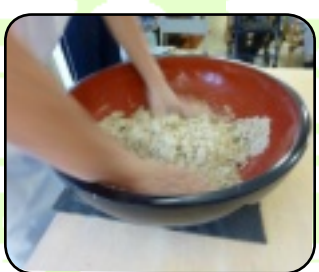
三田・永沢寺そば道場より

### デイケアそば打ち実演会

そば打ち愛好会の今川さんによる、そば打ちパフォーマンスが9月18日(火)にありました。定年後より趣味でそば打ちを始められ、今ではアマチュアで5段だそうです。

今回はそば打ちの練習も兼ねて、デイケアの皆さんにそばを振舞っていただきました。

皆さん真剣な顔つきで、そば打ちの様子を見ておられました。



記事・上谷聡志

### 神戸市消防音楽隊の来演

9月14日(金)に神戸市消防音楽隊による演奏会がありました。皆さんがよく知っている懐かしい曲がたくさんありました。曲と曲の間に、火災、防災、交通安全などの呼びかけがあり、皆さん熱心に聴いておられました。

曲が全部終わった後、アンコールに応えていただきました。その曲がいつも耳にしている、暴れん坊将軍の曲であり、みなさん「おーー」と歓声が上がっていました。



記事・上谷聡志



吉川太鼓



にっこり



イエーイ

## 夏祭りスナップ

今年もご参加いただき、ありがとうございました



いらっしやいませ!



上野丘エイサー隊



楽しんでま〜す



淡河・上淡河婦人会



!!



おいしいよ~



お手伝いに来ました

### 淡河町ふるさとまつり

私たち「うらら」は二年に一度参加させて頂いています。前回と同じくソフトドリンク、ビールの販売をさせて頂きました。おかげさまでほぼ完売しました。楽しく趣向の凝った出し物で大変盛り上がっていました。私個人も今年初めてのお祭りでの思い出となりました。



記事・岡 琢磨

神戸市社会福祉協議会主催

### 福祉体験学習(ワークキャンプ)に来られました!

8月8日(水)~10日(金)、今年は2名の中学生さんがデイケアルームにて、利用者さん・職員と共に様々な体験をされました。朝夕の送迎補助、入浴後に髪を乾かすお手伝い、食事準備。バレーボールや頭の体操プリントにもチャレンジ!!利用者さんとたくさん対話されたことが何よりの貴重な経験ですね。3日間終えて...

「最初は緊張したけど、利用者さんとお話しているうちに緊張がほぐれました」  
「将来は福祉の仕事に就きたいです。」  
瞳がキラキラした、かわいい中学生さんでした。職員一同、陰ながら応援させていただきます。目標が叶いますように



記事・植本真由美

### 有馬警察署(交通課)による交通安全教室

3名の警察官が来られ、交通安全の話をしてくださいました。スライドを使い、交通事故の事例を説明。途中、警察官扮するおじいさんが登場!!利用者さんも職員もびっくり!「止まる、見る、待つ」を守りましょう。



記事・平野兼司