

# オキドキニュース 十二月号



二十四節季

大雪 十二月七日  
冬至 十二月二十二日

雪が降り積もる  
昼間の時間が最も短い

## オキドキ作品展

十一月六日(土)の二階・三階の一角にご利用者の作られた作品の掲示スペースを設け、オキドキ作品展を行いました。  
この作品展は、入所のご利用者様がクラブ活動などで作られた作品を展示しました。  
ご家族様にご利用者様の施設での活動を知って頂くことを目的とされていますが、コロナ禍のため、残念ながらご家族の皆様には、作品を見て頂くことが出来ませんでした。  
一日も早くご家族にも見学が出来ることを心より願っています。



## 持ち物の名前記入をお願いします！

入所利用時の説明させて頂いていますが、持ち物には必ず名前を記入をお願いします。  
持参された物の中には同じようなものを持つている方も多く、名前が記入がないと紛失する恐れがあります。また、利用者様ご自身も勘違いなどで間違えてしまう場合や施設職員でも見分け・把握ができないことがあります。  
新たに私物を持参(衣類なども含む)する際には、フルネーム(名字と名前)を記入して下さい。

また、ご自宅で洗濯された際に、油性マジックで書かれた文字が消えていないか、時々確認をお願いします。

なお、記名のない衣類の紛失につきましては一切の責任を負いかねますのでご協力をお願いします。



## 冬至のぼんち

冬至は一年中で昼が一番短く、夜が一番長い日です。この冬至に、ゆず湯に入り、冬至かぼちゃを食べる風習が日本にはあります。

### ゆず湯に入る風習

翌日から日が長くなることから、冬至は運氣が上昇に転じる日と考えられており、「陽来復」という考えがありました。そして、運を呼び込む前の厄払いとして、古来より魔除けの色とされていた黄色いゆずを入れた風呂に入るようになったと言われています。また、香りの強いゆずのもとでは邪気が起こらないという考えもあつたそうです。他にも、ゆずは融通が利く、冬至は湯治といった語呂合わせは縁起がよいとされ、冬至にゆず湯に入る習慣が根付いたとも伝えられています。

### 冬至かぼちゃを食べる風習

冬至かぼちゃを食べると厄よけになる「脳卒中にならない」「風邪にならない」「年中お金にまららない」「長生きする」などの言い伝えがあります。かぼちゃは夏の野菜でありながら冬まで長期保存ができることから、栄養補給や風邪などの予防としても食べられていたようです。また、かぼちゃは南瓜(なんきん)とも言われるため、瓜がづく食べ物を食べると運氣があがるという言い伝えも関係しているそうです。

## 洋食めぐり「ビーフシチュー」

ビーフシチューとは、日本での代表的な作り方として牛のすね肉やバラ肉などとタマネギ、ニンジンなどの野菜をブイヨンや赤ワインなどで長時間煮込み、デミグラスソースやトマトソースなどで味付けした料理です。  
昼食に提供しますのでご賞味ください



写真はあくまでイメージです。提供するものとは異なりますのでご了承下さい

## 12月10日 昼食にご提供！

### 《総務課より》

利用料のお支払いは毎月十五日までになつておりますのでご協力ください。  
尚、窓口でのお支払いは「年中無休」・「午前九時～午後四時」となっております。宜しくお願い致します。

## 面会中止のお知らせ

12月12日(日曜日)は施設内床清掃、  
12月18日(土曜日)はクリスマス会のため面会を中止させていただきます。  
ご面会のご予約は出来ませんのでご了承下さい

12月12日(日曜日)

12月18日(土曜日)

面会中止



## ゆず湯

オキドキでは、元気に冬を越すために、十二月十六日～二十三日の間に「柚子湯」に入浴して頂きます。

ゆず湯はリラクゼーションやストレス解消効果もあります。どうぞ楽しみに



## 年末年始の面会について

令和3年9月30日をもって緊急事態宣言が解除されましたが、終息には至っておらず、第6波の流行も懸念されております。年末年始にあつてはご家族様の帰省などもあり、遠方から来られる方も含めて多くの方が面会に来られると予想されます。そのため、年始の2日間のご面会を中止させていただきます。ご理解・ご協力の程、よろしくお願ひいたします。

1月1日(土曜日)

1月2日(日曜日)

## 介護保険証更新手続きはお早めに

ご利用者のお住まいの区市町村から、有効期限二ヶ月前に介護保険証の更新手続きの書類が郵送されます。同封されている「介護保険(変更・更新)認定申請書」に必要事項を記入の上、速やかに区市町村に提出下さい。更新手続きが遅れて、認定有効期限が過ぎてしまいますと、要介護度が決まらないために、保険請求・利用料請求・今後どのように生活されたいのかなどの支援が出来かねます。尚、介護認定の結果「要支援」と認定された場合は、介護保険上、入所の継続が出来ず退所となりますので、介護保険更新手続きは、必ず期限内にお願い致します。