

オキドキニュース 十一月号



二十四節季

立冬 十一月七日 冬が始まる。
小雪 十一月二十二日 雨が雪になって降る

秋の運動会



十月八日(土曜日)一階デイルームに於いて運動会を開催しました。
今回も、東京パラリンピックの公式種目にもなったポッチャ。公式ルールそのままでは、取り入れにくいところもありますので、ご利用者向けにアレンジを加え、ポッチャを行いました。
赤組と白組に分かれて格子状にご利用者に囲んで頂き、床に格子状枠を置き、順番に格子に向けて赤か白の玉を投げて頂く。全員が投げ終わった後、玉の入った枠の点数を集計して1試合の合計得点を競いました。



11月11日(金) 昼食に提供!



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

中華めぐり 北京風ラーメン
昼食に北京風ラーメンを提供しますので、どんなラーメンが楽しみに

「ポッチャ」は、白一個、赤六個、青六個の計十三個のボールを使い、どれだけ多くのボールを的に近づけられるかを競う競技です。的になるのは「ジャックボール」という白いボール。これに近づけるように、各チーム六球の手持ちボール(赤または青)を投げていきます。ボールを両チームが投げ終わったとき、ジャックボールに一番近いボールのチームに点数が入るスポーツです。



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ご提出下さい。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・利用料請求が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いたします。

《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。

「こたつ」について

日本の冬の風物詩とも言われる「こたつ」昔から「亥の子の日」に火を入れると火事にならないと言われており、「こたつ開き」をする習慣があります。今回、こたつの歴史とともに、「こたつ開きの日」をご紹介します。

「こたつ」はいつ生まれた

日本のこたつは室町時代に囲炉裏の上に低い台を置き、着物をかぶせて使っていたが始まりとされています。
江戸時代に入ると、囲炉裏の上に櫓を組んで布団をかけた「やぐらこたつ」や、囲炉裏を深く掘って布団をかけた「腰掛けこたつ」、火鉢と櫓を組み合わせた可動式タイプなど、様々なタイプのこたつが生まれました。

明治時代になると、今にも残る「掘りこたつ」が登場します。イギリス人陶芸家のバーナー・ドリーチは正座が苦手だったことから、正座をせず、腰掛けるタイプのこたつを考え出したと言われています。

大正時代後期になると、炭火より安全な電気式のこたつが発売されましたが、当時はあまり普及しなかったようです。
一九五七年に座卓型(天板の裏に電気ヒーター付)の電気やぐらこたつが発売されると、またたく間に大ヒット商品となり、一般家庭に広く普及していきました。

「こたつ開き」とは?

昔から「亥の子の日」に火を入れると火事にならないと言われており、「こたつ開き」をする習慣があります。亥は陰陽五行説で火を制する水にあたるため、亥の月亥の日から火を使い始めると火事にならないとされました。

そこで、「亥の子の日」にこたつや囲炉裏に火を入れるようになり、「こたつ開き」と呼ばれて親しまれました。今でも、茶の湯では「亥の子の日」に「炉開き」を行うところが多く、新茶を初めて使う「口切り」をして「亥の子餅」をいただきます。

この「こたつ開き」にならない、「亥の子の日」が暖房器具を出すひとつの目安になっています。実際に使用するのには気温などにより異なりますが、この日にこたつ、ヒーター、ストーブなどの暖房器具を出して準備をしておけば、縁起もよくて安心。昔ながらの知恵といえるでしょう。今年の亥の月の最初の亥の日は

十一月六日(日)です。



一斉停電のお知らせ

年一回の電気工作物の「法定点検」を実施いたします。点検中は、施設内が二時間ほど一斉停電になります。エレベーター、照明、水道などの使用ができません。

ご利用者、ご面会の皆様にはご迷惑をおかけしますがご協力お願い致します。

日時 十一月二十七日(日曜日)

作業時間 午後一時～午後三時



お願い

朝夕の寒気が身にしみる季節となりましたので、日々外気温にに応じ、施設内の設定温度を調節しながら暖房しております。しかし、体感温度は人それぞれですので、寒く感じる方もおられます。特に十二月～三月は冷え込みが厳しくなりますので、寒さ対策として「毛布・ひざ掛け・厚手の衣類」などのご持参をお願いいたします。お持ち頂ける場合は、衣類同様に名前の記入もお願いいたします。
尚、電気アンカ・電気毛布・ホッカイロなどは低温やけど「脱水症」の可能性があるため、当施設では、使用禁止とさせて頂いております。