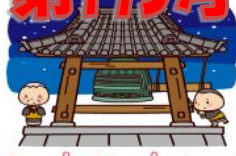


令和5年12月 第173号



けやき苑

友の会



友の会、食事メニューはHpからもご覧いただけます。

日	月	火	水	木	金	土
年末年始休館 12/29(金)～1/3(水) 新年は1/4(木)より開始します！					1	2
3	4	5	6	7 大雪	8	9
10	11	12	13 パンの販売	14	15	16
17	18	19 選択食	20	21 介護者ひろば	22 冬至 誕生会	23 誕生会
24/31 休館日 大晦日	25 誕生会	26 誕生会	27 誕生会	28 誕生会	29 休館日	30 休館日

予定は変更になることがあります。またイラストはイメージです。実際とは異なりますのでご了承ください。

休館日のお知らせ

12/29(金)～01/03(水)
年末年始休館
 01/04(木)より通常営業

歳時記

12/07(木) 大雪
 12/22(金) 冬至
 12/25(月) クリスマス
 12/31(日) 大晦日



12/25(月)～27(水)は忘年会行事を実施します。

忘年会行事のお食事は、特別食となりますので、**昼食代は850円**となります。
 メニューは当日のお楽しみ！



一年間ありがとうございました！



光陰矢の如し、早いもので年末を迎えますね。少し前まで、暑い！と思っており、これから涼しく、と思っていたら、一気に寒くなってきました。気候の急変などで、皆さんの体調はいかがでしょう。

今年もコロナウイルス感染症が治まらず、インフルエンザも同時流行する等ありました。そんな中、けやき苑は、盛大に、とはまいませんでしたが、30周年を迎え、地域の皆さまのご協力もあり、地域サービスデーも再開できました。これもひとえに、ご利用の皆さま、ご家族、関係機関・事業所、地域の皆さまのおかげです。もちろん職員も頑張りました！ご協力いただきました皆さまに感謝し、お礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

来年もさらに職員一同精進し、皆さまと一緒に、安心して暮らせる地域となるよう努めさせていただきます。

三鷹市高齢者センターけやき苑/三鷹市西部地域包括支援センター 所長 工藤 正樹

約1億6,000万円!!



これは今年1月1日～10月17日までの三鷹市内の特殊詐欺の被害額！

みなさんは「自分は大丈夫！」と思いませんか？詐欺の手口は年々多様化しています。

1本の電話から、あれよあれよという間に詐欺に遭ってしまうそうです。

有効な対策としては、**在宅中でも留守番電話の設定**をして、相手を確認してから電話に出ると良いそうです。また**家族同士で合言葉**等を決めて、家族を名乗る電話の際には、合言葉を求める等の方法もあります。

電話で「お金やキャッシュカード」の話が出たら詐欺だと思ってください。大切なのは、みなさんの財産です。騙されないように！！

不審な電話がかかってきたら、迷わず、すぐに「**110番**」！



三鷹警察:0422-49-0110



コロナだけじゃない、インフルエンザにもご注意を！

例年12月から3月にかけて流行するインフルエンザが、すでに流行し始めています。インフルエンザに罹らないためには、以下のことを心がけましょう。

- こまめな手洗い、うがい
- マスクの着用
- 十分な休養と栄養バランスのとれた食事と水分補給
- 室内の換気、加湿（50～60%）
- 予防接種



現在お薬の不足も言われていますが、接種を希望する方は、早めの接種をお勧めします。三鷹市では65歳以上の方を対象にインフルエンザ予防接種の一部費用助成があります。詳しくは三鷹市やかかりつけの先生にご相談ください。

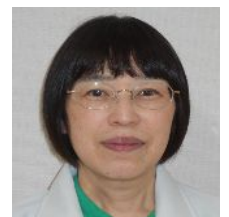
インフルエンザ予防法



職員紹介



坂本和代さん、看護師です。11月13日より勤務しています。『デイサービスでのお仕事は初めてで、至らないことも多いと思いますが、よろしく願います。これまでの経験を活かし、皆様の健康管理や生きがいのある日常生活を送れることを支援させていただきたいと思います。趣味は手芸で、編み物・刺し子・アクセサリー等作ることが大好きで、幸福を感じています。』



*** 藤井看護師は、一身上の都合により、11月末付で退職となりました。**

「ご挨拶できずに申し訳ございません。お世話になりました、皆さんお身体に気を付けてお過ごしください。」（藤井）

けやき苑の様子はホームページでもご覧いただけます。

けやき苑での活動の様子や献立、友の会等は、東京弘済園のホームページでも掲載しております。紙面と併せて、ホームページもご覧ください。



【発行】三鷹市高齢者センターけやき苑 〒181-0016 三鷹市深大寺2-29-13

0422-34-5440 FAX 0422-34-6538 e-mail: keyakien@kosaien.or.jp

「友の会」「けやき苑の献立」「活動の様子」は東京弘済園のホームページの「けやき苑」のページや「ブログ」

(<https://www.kosaien.or.jp/>) からご覧いただけます。

