

つれづれの郷



第181号 発行人 社会福祉法人上磯康啓会 理事長 小松 格一
 令和3年9月1日 所在地 北斗市追分7丁目11番21号
 TEL 48-1777 Fax 49-7337 メール k-turedure1@wing.ocn.ne.jp
 ホームページ <http://www.turedurenosato.sakura.ne.jp/>

高齢者って!!

国連の世界保健機構 (WHO)の定義では、65才以上の人のことを高齢者としています。

健康寿命

WHOが発表した2021年版の世界保健統計によると、男女平均の健康寿命が最も長い国は日本で74.1才、2位がシンガポールで73.6才、3位が韓国73.1才となっております。

平均寿命

日本人の平均寿命は女性87.74才、男性81.64才で、過去最高を更新したそうです。日本は女性が世界1位、男性は2位となったそうです。

いつまでもお元気で!!

やっぱり、蕎麦はうまいなあ!



↑日本人は、やはりお蕎麦です



8月25日、5・6条館では「納涼ざるそば大会」を開催しました。コロナ禍が続いて、外出やレクも思うようにできない中、大好きなお蕎麦を食べて少しでも楽しんでいただこうと計画しました。味はもちろんのこと、のぼりを立てた「そば処つれづれ」で「ざるそば一丁

納涼ざるそば大会

!!「外食気分を味わいました。皆さんからは「美味しい!美味しい」の聲が上がっていました。



満足! 満足!



蕎麦大好きで~す↑



満足そうなこの笑顔↑

おねがい・お知らせ

- ◎9月15日(水)は、サービス費、自己負担分の郵便口座自動払い込み日になります。お客様の口座残高をご確認下さい。
- ◎個人預かり金残高を来所の折にご確認下さい。なお、毎月、預かり金使用済みの領収書を送っておりますので、ご確認下さい。
- ◎清拭用タオルのご寄付をお願いします。

☆非常事態宣言発令中!!!

2回目のワクチン接種が終了し安心したところですが、道南では医療機関や介護施設などでもクラスターが発生しております。北海道では非常事態宣言を発令し、感染防止対策を進めております。このようなことから当施設においても面会などの再開を検討していましたが、延期させていただきますので、ご理解をお願いいたします。(施設長)

◇)意見下さ◇

「ご意見箱は一・二階の公衆電話横に設置しています。苦情は左記へご連絡下さい」

お客様相談窓口 賢持 堀合
 でんわ 48・1777
 FAX 49・7337

デイサービスつれづれ

8月のデイサービスは、新型コロナウイルス感染症のまん延で、外出行事ができない状態が続いています。このよくな中でも、毎日通っていただく利用者さんには楽しく過ごしていただいております。「デイサービスつれづれ」の定員は20名となっております。

現在、月、火、金曜日に空きがあります。デイサービスを利用して、お風呂に入ったり、軽い運動や食事などを楽しんで皆さんと交流しませんか。



9月といえは?

9月 9月です。JタミンAやJタミンBは「長月」とも言いますよね。由来は、長い月夜「夜長月（よながつき）」とする説が有力です。

9月を英語では「セプテンバー」、ラテン語では「セプテンベル」といい「第7の」という意味に由来しているそうです。実際の月と番号がずれているのは、紀元前46年まで使われていたローマ暦が3月計算なので、3月から数えて7番目と言っ意味だそつです。

旬の食べ物
 といえば、秋
 刀魚(サンマ)
 大型で口先や尾の付け根が黄色いものがいいそう



12が豊富で、JタミンB12は他の魚の3倍と多く、貧血に効果があるそうです。去年は高価でした。今年は少し期待ができるでしょうか。

9月生まれの有名人には、江戸末期の思想家で松下村塾を主宰した、吉田松陰や教育者、思想家で「武士道」の作者の新渡戸稲造、明治から昭和にかけての政治家、日銀総裁で第20代内閣総理大臣の高橋是清氏がおります。

新型コロナウイルスがまん延している昨今、先人たちが生存していたら、今とは違った政策が打ち出されているのでは?



★リモート面会でもできます!★

外部端末とのリモート面会(スカイプ利用)を予約制で利用することができます。なお、ご家庭でパソコン等がない場合は、施設にタブレットを用意しておりますので申し出願します。(施設長)

- 1つ寄付ありがとうございます**
- 北斗市** 松山照子様 三浦強様
 並河智様 三上綾子様 桶優子様
 佐藤美由紀様 山崎孝人様
 原子千鶴子様
- 七飯町** 道下一美様
- 函館市** 理美容ハート様 函館
 トコペット様 宮崎泰子様
 太田尚美様

9月の行事食

《9月9日(日)》

昼食

- ・栗ご飯
- ・八杯汁
- ・秋刀魚の塩焼き
- ・里芋の煮っころがし
- ・果物

◎9/9は重陽の節句です。秋の味覚を味わえる献立にしました! また、今月は21日に敬老会があり、例年通り豪華な「弁当箱」での提供となります! お楽しみに。

あとがき

この夏、お盆の帰省や夏休み、旅行などで人流が増えたことで感染者が増加し、医療現場では「救える命が救えない」などが報道されております。一人一人が感染予防の意識を今まで以上に高める必要があります。ワクチン接種で安心するのではなく、三密の回避や不要不急の外出の自粛など、感染防止に努め、一日も早く終息することを願うものです。(S)

*掲載記事写真等は社会福祉法人上磯康啓会に所属しています。無断転用を禁じます。

9月の行事

- 16日 役員会
- 13~17日 理美容室
- 21日 敬老会(各保健)
- 機能訓練は、つれづれの郷は午前
- 北斗は午後実施(現在休止中)
- クラブ活動 不定期
- 嘱託医は毎週木曜日午後回診
- 歯科検診は第二水曜日午後