

めぐみだより

令和5年1月1日発行

・特別養護老人ホーム 恵の海 ・ショートステイ事業
・デイ・サービス事業 ・恵の海地域相談センター
・めぐみのうみ居宅介護支援事業所 ・ケアハウス

〒737-2603 広島県呉市川尻町西6丁目10-1
TEL(0823)87-0280 FAX(0823)87-0282

2023



新年のご挨拶



新たな年を迎えるにあたり、一言ご挨拶を申し上げます。
新型コロナウイルス感染症が国内でまん延し始めて約3年が経ちます。生涯にわたり健康であることの厳しさに、無事過ごせる日々をありがたく感じております。
ご家族の皆様には新しい変異株が出現するなど依然として新型コロナウイルス感染症の流行に不安な毎日をお過ごしなのかな、当施設の運営にご理解ご協力をいただき心より感謝いたしております。
長い期間、ご面会は「窓越し・リモート」という形が常となっておりましたが、ようやく「制限付きの対面での面会」を試みたところでした。その矢先に第八波。ワクチン接種が5回目となり、治療薬も開発、実用化されてはいますが、またしばらくご不便をおかけすることとなります。職員一同、今後も不要不急の外出を控え、マスク・手洗い・3密回避に気を付けながら、心身ともに健康で毎日皆様にお会いすることを心がけてまいります。
本年も何卒よろしくお願い申し上げます。
令和五年一月吉日

施設長 藤田 憲子

豊かで安心できる暮らしを送るために

- 1.ご近所、地域、社会と交流を持つ。
- 2.困りごとがあったら、周りの人に相談する。
- 3.かかりつけの病院を決める。
- 4.自分で判断できなくなった時でも、あなたの希望を伝えてくれる人を探す。
- 5.自分にとって大切なこと、希望することを書き留める。

将来に備えることで、
今の生活を楽しみましょう。



めぐみのうみ居宅介護支援事業所

電話0823-87-0285

医務だより

新型コロナウイルス感染症
個人や家庭でできる自主的な対策

1. 日常的な対策



家族全員で毎朝健康チェック!

- 検温
- いつもと違うところは? 喉は痛くない? 鼻水は?



定期的な換気を

帰宅後、食事の前、
トイレの後には手洗いを

食料や日用品について、災害や
荒天が続くときなどと同様の
備えをしておきましょう

2. 体調不良者(または感染の可能性ある者)が発生したとき

現在流行しているオミクロン株は、感染力が高く、潜伏期間が短いといった特性があり、感染が広がるスピードが極めて速いことから、症状があるまたは感染の可能性のある家族がいる場合は、陽性になった場合を想定して、感染予防対策をすることが効果的です。

家庭内で体調不良者がいる場合...

- 本人も家族も、自室以外ではマスク着用
- 本人は仕事や学校等を休む。家族は、職場や学校と相談を
- 念のため家庭内で部屋を分ける(個室が難しい場合は、極力距離を置き、可能な限り近づかない)
- ハイリスク者(高齢者や基礎疾患を有する者等)との接触を控える
- 家族も症状がある場合は、医療機関を受診



感謝

令和3年12月5日
令和4年12月 受付

ご寄付

中原 喬樹 様

匿名 一名 様

ご寄贈

公益財団法人 JKA 様

呉市農業振興センター 様

*個人情報の掲載についてはご本人の承諾をいただいております。

次回発行日 令和6年1月1日

栄養士だより

「まごわやさしい」を知っていますか?
「まごわやさしい」について



ま...まめ

落花生、大豆、枝豆、小豆、そら豆、
いんげん豆、ひよこ豆、レンズ豆など

ご...ごま

白/黒/金、ねりごま、すりごま、ごま油など



わ...わかめ(海藻)

わかめ、こんぶ、ひじき、のり、めかぶ、もずく、あおさなど



や...やさい

人参、大根、玉葱、胡瓜、南瓜、茄子、トマト、ピーマン、
ほうれん草、キャベツ、ブロッコリーなど

さ...さかな

タイ、カレイ、サケ、サバ、サンマ、アジ、カツオ、ブリなど



し...しいたけ(きのこ)

椎茸、舞茸、しめじ、えのき、なめこ、エリンギ、
マッシュルームなど

い...いも

じゃが芋、さつまいも、大和芋、里芋など

皆さんは普段どのくらい「まごわやさしい」の食材を召し上がっていますか? 食材を選ぶ際や献立を考える際に「まごわやさしい」を意識してみると健康的なバランスの良い食事に繋がります。
ぜひ、「まごわやさしい」をキーワードに毎日の食事に取り入れてみてくださいね!



めぐみ食堂



デイサービスの日常

まったりと

いつも
デイサービス
を見守る
監督さん!!

リハビリ中!!

レクリエーション

紙しばい

お食事中

若い子やなあ~

むがんす
うき

うまい

特養の日常

季節の行事
ご長寿スナップ
ハイチーズ

1月は恒例の書初めと初詣

3月はひな祭りね

季節のお花とハイポーズ

七夕の願い事も真剣に
夏祭りでは浴衣で撮影したよ

敬老の日。ちょっとおめかし