



## ☆☆外食レク☆☆

びっぐすまいるでは、時々昼食に外食に出かけます。

今月も外食へ出かけた時に、とても心温まる2場面がありました。  
一つは食べ終わった後に、口の周りがベタベタだと紙ナプキンで口をふくYAさん、ふつと隣に座るSHさんを見て「あんたも拭いてあげるわ」とさりげなくお手伝いして下さっていました。

もう一つは、ご飯をお腹いっぱい食べ終わり、帰路へついた時、職員が順番に車までに案内している時、歩行が安定している人は、利用者さん同士いつも手をつないで歩いてもらうのですが、職員が声掛けをしなくても「はよ～おいで♪」と手を差し出すSHさん、「ありがとう」と手を伸ばすYMさんは、「足がいうこと聞けへんから、のろいやろ」とおっしゃると「ええよ」とニコニコ笑顔で待つSHさんとYMさんの様子が、とても優しく職員がたっぷりと癒されました♡♡

びっぐすまいるの利用者さんは、皆さんはとても親切で利用者さん同士で出来ない人のお手伝いをして下さり、ほのぼのと温かい時間が流れています♪



## ☆☆今年も残すところ一か月☆☆

早くも今年も残すところひと月となりました。

11月の初めはポカポカと暖かい日が続きましたが、月末になる頃には冷たい北風が吹き、本格的な冬到来を感じさせる季節がやって来たと同時に風邪も流行り出し、職員全員が一斉に喉がイガイガする～って全員風邪なんてヤバかったです(^-^; それでみんなマスク姿(苦笑) その一番の原因は空気の乾燥のせいです!

空気が乾燥して喉がイガイガする時は、風邪やインフルエンザの菌が喉の奥にくっつき、風邪やインフルエンザが引き易くなるそうです。これからの季節は特に、外から帰ったらうがいと手洗いを忘れずに!! 部屋には加湿器をつけたり、マスクをしたり、飴をなめることで喉のイガイガを避け、風邪やインフルエンザの予防ができます!! 大阪のおばちゃんは飴ちゃんを持ち歩くのは理にかなった行動だったのですね! さすがです!(^^)!

風邪やインフルエンザを吹き飛ばして、元気よく年を越しましょう!!



風邪予防

