



すてっぷ通信

令和 8 年 1 月
No.75
管理者 石川美保

明けましておめでとうございます。新しい一年が、利用者様ご家族の皆様にとって、笑顔があふれる年になりますようお願い申し上げます。

昨年12月にはクリスマス会を開催し、歌やゲームでとても楽しむことができました。サンタの登場に皆の顔がぱっと明るくなったのが、印象的でした。

また、忘年会ではカラオケ大会で盛り上がり、年末の行事として締めくくりました。

今年度も、さまざまな行事を企画し、利用者様が楽しみながらご利用できるよう、職員一同努めて参りたいと思っております。

本年もどうぞよろしくお願い致します。

寒い日が続いておりますが、健康管理には、十分に気を付けていただきたいと思います。



「菓心富月」さん 美味しいケーキありがとうございます。

令和8年度家族懇談会のご案内

家族懇談会を下記の通り開催させていただきます。

日時:2月26日(木)10時30分~12時00分

会場:ほっふ食堂

懇談会内容:佐々木作業療法士の講話と懇談、意見交換

※「親亡きあとに」をテーマに講話と懇談、意見交換をする良い機会だと思
います。多くのご家族の参加をお待ちしています



保健ワンポイント

冬場の健康管理ポイント

- 手洗い … インフルエンザや感染性胃腸炎の予防に最も重要です。
- 加湿 …… 空気が乾燥しやすい冬は室内の湿度を 50~60%にたもつことが効果的です。
- 規則正しい生活…睡眠と栄養をしっかりと摂り体調を整えましょう。
- 人混みを避ける…感染者との接触を減らすことも有効です。
- 早期受診… 症状があると感じたら無理せず早めに医療機関を受診しましょう。

空気が乾燥した気温が下がる冬に流行しやすい感染症は、インフルエンザ、感染性胃腸炎(ノロウイルス)です。インフルエンザや呼吸器系の症状、胃腸炎では吐き気、下痢、腹痛などが、主な症状です。



★ 佐々木作業療法士 来所予定日

1月 17日(土) 1月 31日(土) 2月 7日(土)

リハビリや機能訓練のほか、障がい児者ケアについて質問や相談がありましたら、お問い合わせください。

☆ 1月の活動について

・1月9日(金)「神様に新年のごあいさつをしよう！」

御嶽神社へ初詣に行きました。みんなで一緒に新年のごあいさつや新しい一年の幸せをお祈りしました。すてっぷに戻ってからは新年会をしました。お正月遊びをして、おいしいおやつを食べながら新年の抱負をかたりあいました。

・1月19(月)「成人おめでとう！みんなで祝いしよう」

すてっぷでは、今年二十歳の誕生日を迎えられた方がおりますので、新成人をお祝いする会を開催させていただきたいと思います。人生の大きな節目である成人の門出をみなでお祝いしましょう。

特定非営利活動法人 セミナーレ「すてっぷ」

住所 988-0318

宮城県気仙沼市本吉町登米沢47番地2

TEL:0226-25-7710 FAX:0226-25-7721

mail: seminare.steppe@outlook.jp



12月22日「今年もサンタがやって来る！？楽しいクリスマス会！」



お弁当(△▽)/



12月29日「カラオケ忘年会」



12月生まれのおともだち

