



【冬の久留里城】
君津市フォトバンクより

新聞 かずさ

12月号

発行年月日
令和5年12月1日

発行責任者
園長

編集者
生活相談員

年末年始を健康に過ごしましょう

本格的な冬の寒さが到来し、世間ではインフルエンザや新型コロナウイルス、感染性胃腸炎などの感染症が猛威をふるっています。空気が乾燥し、のどの痛みや肌のトラブルなども増えていくようです。

上総園では、例年この時期になると加湿器を稼働させたり、手すりなどに濡れたバスタオルなどを掛けて、加湿対策を行っています。皆さんも、水分補給をまめに行うなど、健康管理を行っていきましょう。

さて、今月号の新聞かずさでは、11月に開催した上総園オータムフェスティバルや、防災総合訓練などの様子をご紹介します。このほか、栄養課の職員さんが腕をふるう、おせち料理など年末年始の行事食のご紹介もしています。

早いもので、今年もあとわずかです。感染症対策により皆さまにご不便をおかけしておりますが、皆さんが穏やかに年越しを過ごすことができるよう、職員一同頑張っています。



上総園オータムフェスティバル

16日、17日にオータムフェスティバルを開催しました。運動の秋として「巨大風船クラッカーゲーム」食欲の秋としておはぎと抹茶アイスをご用意しました。参加してくれた皆さんの笑顔や真剣な表情を見ることができてとても有意義な時間となりました。





防災訓練



秋の火災予防運動の一環として、火災発生を想定し、防災訓練を行いました。上総園では定期的に防災訓練を実施しています。皆さまのご協力をお願いいたします。



年越しそば



厨房便り



今年は暖冬のようにですが、段々と冬らしい寒さになってきました。12月は行事の多い月です。

22日は冬至のため、南瓜を使った献立を準備しています。24日のクリスマススイヴには「クリスマスメニュー」31日の大晦日には「年越しそば」をご用意します。

翌日の元日の昼食に「雑煮」夕食には「おせち盛り合わせ」を予定しています。どうぞ楽しみにしてください。

おせち



十二月の予定

二	二	二	二	一	一	一	一	七	六	四
九	六	五	一	九	八	二	一	日	日	日
日	日	日	日	日	日	日	日	(木)	(水)	(月)
(金)	(火)	(月)	(木)	(火)	(月)	(火)	(月)	(木)	(水)	(月)
報告会	理髪(B館)	理髪(A館)	精神科医師往診	理髪(B館)	理髪(A館)	理髪(B館)	精神科医師往診	歯科訪問診療	防災(教育)訓練	理髪(A館)

※感染症予防のため、一部の行事やボランティアの受付を休止しています。



上総園の情報はホームページからもご覧いただけます。

<http://www.kazusaen.jp>

上総園

検索