

令和2年11月19日 発行

めぐみだより

きょうと福祉人材育成
認証制度



第23号

空気が乾燥し、インフルエンザを始めとするこの時期に流行しやすい感染症には特に気を付けなければいけない季節となりました。引き続き利用者さま方の健康管理・安全対策に取り組みつつ、日々過ごしていければと思います。

美しい日本の秋の風景



日本の紅葉が美しいのは理由がある！？

世界の国々の中でも、日本の紅葉が美しいと言われてるのは、日本の気候風土のなせる技！紅葉が見られるのは落葉樹という種類の木だけです。世界の国々でも落葉樹林がまとまっているのは、東アジアの沿岸部と北アメリカ大陸の東部、ヨーロッパの一部にすぎません。地球の3割程が森林ですが、面積が広いロシア・アラスカ・カナダなどに広がるのは針葉樹林。次に広いのは熱帯雨林。日本は国土のおよそ3分の2が森林で、様々な落葉樹が生えており、寒暖の差も結構あるため、美しい紅葉を楽しむことができるのです。

年末調整がやってくる

今年も年末調整の時期がやってまいりました。2020年は税制改正で「年末調整書類」が大きく変わります。基礎控除、配偶者控除、所得金額調整、それぞれの申告は今年から1つの用紙に統一される仕様となりました。文字を見ただけでも「！？」と思ってしまいますよね。多くの申告者（従業員）には内容に影響がないのに、書類だけがどんどん複雑になっていきます。しっかり内容をきちんと理解し、年末調整の準備に取り掛からいといけません(^^)；



楽しいプレゼント選び

☺外出先でのひとコマ☺

お母様へのお誕生日プレゼントを買いにお出掛けしました。コロナウイルス感染症防止の為、普段は公共の場を控えるようにさせて頂いていますが、今日は特別にご家族様からも許可をいただき、あまり人の多くない場所でのショッピングです。ご本人も久しぶりの外出、外食を楽しまれ、プレゼント選びも一生懸命されていました。素敵なプレゼント、お母様もきっとお喜びになられたでしょうね♪



動物たちも気持ちいい

☺外出先でのひとコマ☺

京都市動物園へ遊びに行きました！とってもいいお天気です☀ 後ろにゾウさんが🐘 行楽シーズンの秋は、過ごしやすい気候なので動物たちも活発なんだそうです。秋の動物園、おすすめです☺
この日は木々がまだ緑色でしたが、そろそろきれいな紅葉が見られるかも♪ 動物園はたくさんのお利用者さんの人気スポットになっているので、また皆さんで遊びに行きたいです♪



12月の主な行事

12月25日 クリスマス

※今年のクリスマス会は中止となります。

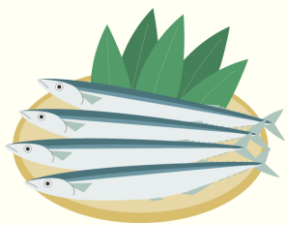
12月26日~27 大掃除

12月31日 大晦日

12月の保健目標

暖かい体で冬を乗り切る

冬の寒さはいよいよ本番。冷え対策は万全でしょうか。冷えは“ちょっとした不調”と思われがちですが、実は万病のもと。がん、脳血管障害、心疾患など多くの病気の根源に冷えがあるのではないかと注目されています。冷えの自覚症状や生活環境は人によって違うので、自分の毎日の生活の中から自分に合った対処法を見つけることが大事です。簡単でおすすめの方法は、起床後に1杯の白湯を飲むこと。体の芯から温まります。飲み物や食べ物は胃腸が冷えない物を選び、温かくして過ごしましょう。



10月のようす



完食～♪



くら寿司にきたよ！
いっぱい食べるぞ～



体操中♪



アルプラザとMOMOテラスへ
みんなでお出かけしました！



秋の味覚♪
ブドウをみんなで食べました！



外でも仲良く！？
じゃれ合いが始まりました(笑)



おいしいなあ♪



いただきます～！