



## 敬老会

長寿を祝う会が  
開催されました！！

100歳以上 2名

95歳以上 6名

最高齢は101歳の2名の方が、金メダルで表彰式を行いました。とてもうれしそうな顔が印象的です。これからもお元気で

長生きして下さいを願っています。



ボランティアさんによる  
フルート演奏

職員による敬老会アトラクションに  
大喜び！！

デイケアで作った  
大きな大きな貼り絵



# 感染症について

ハイネス憩の丘  
施設長 持田 昌彦

今シーズンの冬は厳しい寒さが心配されます。そのなかでも問題なのは寒暖差です。寒暖差、つまり暖かい時と冷たい時との温度差の事ですが、こちらが通常よりも大きいことが心配されます。寒暖差が大きいと体調を崩しやすいということです。人間の体はある程度の気温の変化には自然に対応できるようにはできていますが、例えば

- ・睡眠不足
- ・汗をかいたまま着替えない
- ・疲れがたまっている

このような時、もし寒暖差に襲われたら私たちは簡単に体調を大きく崩してしまうことでしょう。

そして、冬時期に体調を壊すということは、インフルエンザウイルスへの抵抗力を落とすということとなります。そのため今シーズンはインフルエンザなどの感染症になりやすい冬ということが心配されます。皆様体調管理にご注意ください。



ボランティアによる  
弦楽器アンサンブル  
によるクリスマス  
コンサートが  
行われました

## 編集後記

今年も残り僅かになりました。  
ご利用者様、ご家族様のおかげで  
今年1年無事に過ごす事が出来ました  
来年も皆様と共に成長して行きたいと思えます。

発行日 平成28年 12月

医療法人財団緑雲会 ハイネス憩の丘 地域支援室

〒192 - 0015 八王子市中野町2082 - 1

電話 042 - 624 - 1515 FAX 042 - 628 - 5688