

# こもれびの里通信

こもれびの里・こもれび作業所  
第230号 令和7年1月6日

## 1月の予定

- 1日(水) 元日  
6日(月) 仕事始め  
10日(金) 二十歳、還暦を祝う会  
29日(水) ほっとちゃん(男性棟)  
30日(木) ほっとちゃん(女性棟・通所)



## 通所開所日のおしらせ

1月18日(土)

- 午前 清掃活動・療育活動・創作活動  
午後 体育館活動・ドライブ  
ドライブ・カラオケ



## 看護師からひとこと

暖まった部屋と10度以上温度差がある冬場の浴室など、急な気温の変化によって血圧が上下し心臓や血管の疾患が起ることを「ヒートショック」と言います。ヒートショックは誰にでも起こりうるためしっかり対策が必要です。

入浴前後にコップ1杯の水を飲み水分補給をしましょう。

- ・食後すぐの入浴や入浴前のアルコールは控えましょう。
- ・脱衣所と浴室を暖房器具で温めておきましょう。お風呂のふたを開けておくのもOK。
- ・湯船につかる前にシャワーやかけ湯で体を温めましょう。
- ・湯船の温度は38度～40度のぬるめで長湯は避けましょう。
- ・入浴前に同居者に声をかけ「見守り体制」を作りましょう！



## 「こもれび作業所」もみじ工房より

12月の就労や生産活動の様子です。

メンバーさんの多様な働く意欲に応えながら、地域での活躍の場が広がるように支援をしております。



## あけましておめでとうございます

昨年は感染防止対策を始め、保護者の方々には様々な面でのご支援やご協力を賜り感謝申し上げます。今後ともより一層、感染防止対策の徹底をしながら、充実したサービス提供ができるよう、職員一丸となって努力してまいりますので更なるご支援を心からお願い申し上げます。

こもれびの里一同

※裏面に、こもれびの里へのご意見・ご要望などを記入する欄があります。

# ご意見・ご要望用紙

～皆様の声をお聞かせ下さい～



こもれびの里では、皆様からお寄せいただいたご意見等をもとに、更なるサービスの向上に努めます。どうぞ遠慮なくご意見やご要望をお聞かせください。なお、ご記入の際は匿名でも結構です。下の所定の欄に記入のうえ、切り取り線に合わせて切り取って意見箱に入れて下さい。

キリトリ

ご記入日 令和 年 月 日

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

お名前

※ご記入の際は匿名でも構いません。

ご住所

お電話番号