PDF Compressor Free Version

アンガーマネジメント研修会が開催されました

年末が近くなり忙しさも増す時期になりましたね。普段は温厚でもちょっとしたことでイライラすることは無いでしょうか？

そもそも怒りの原因って？

怒り ＝ ライターの火を怒りに例えてみると…



べき

べきとは怒りの火付け石でこの様にするべきだ…この様にあるべきだという自身の願望・希望・欲望を象徴する言葉・感情であり、それが私達を怒らせる物の正体なのです。

感情の許容量を増やして べき（許せる範囲）を広げよう！

怒りの元となる燃料のネガティブな感情

まずは燃料を貯めない様にしよう！

6秒の法則

ご存じの方も多いと思いますが怒った時は「まず6秒我慢」と言います。これは6秒我慢する事で理性が働くからだそうです。

今年も残すところ約1か月となりました。皆で笑顔で新しい年を迎える準備をしましょう！！

感染症対策を心がけましょう！

感染症を防ぐ3つのポイントを紹介！

ポイント1

『手洗い・手指消毒』

外出先からの帰宅や調理の前後食事前などに石けんで手を洗いましょう。必要に応じてアルコール消毒なども活用しましょう。冬に流行する「ノロウイルス」にはアルコール消毒は効かないため次亜塩素酸が有効となります。

ポイント2

『室内の空気を入れ替える』

空気の流れが出来るように2方向の窓を数分間程開けましょう、窓が1つしかない場合でも入り口のドアを開ける事で、空気の流れを作ることが出来ます。扇風機を使用する事で換気の効果はさらに上がります。

ポイント3

『状況に応じたマスクの使用』

- 風邪症状が出始めた
- 体調に異変を感じた時。
- 医療機関、高齢者施設を訪問する時。
- 混雑した電車やバスに乗車する時等、予防の為にマスクの着用を推奨します。

新規職員

- 相馬　祐麗那　　生活介護・看護師

退職職員

- 吉田　美裕紀　　生活介護・介護員
- 菊地　将平　　地域・介護員

編集後記

さかえvol.81をご覧頂きありがとうございます。

11月になり冬の訪れを感じるようになりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。

vol.81では日常活動での利用者様の笑顔を沢山お届けできたと思います。また、コラムもご覧頂き、健康にご留意して過ごして頂けると幸いです。

機関紙編集委員会

いつもケアセンター栄町をご利用頂き有難う御座います。Googleクチコミへのご協力お願い致します。

- 利用してみた印象
- 建物の印象
- 気づいたこと等

一言でも大丈夫です。

３０秒程で完了します。

アンケート回答用QRコード

さかえ vol.81

発行日　令和　8年　11月　1日

発行・編集
社会福祉法人　禎心会
ケアセンター栄町　機関紙編集委員会

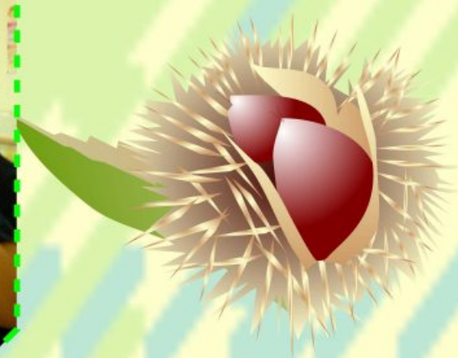
〒007-0847
札幌市東区北47条東17丁目1番1号
Tel.011-789-1152
Fax.011-789-1278

福）禎心会のHPはこちら









社会福祉法人　禎心会

PDF Compressor Free Version

デイサービス









デイサービスでは１０月８日・２２日にファンファクトリーの
パールライス工場 見学を行ないました。
普段はなかなか見ることが出来ない工場の様子に、皆さま興味津々で
特別な時間を過ごしていました。

2階 地域密着型 介護老人 福祉施設









９月 敬老会がありました、今年は
カラオケ大会を開催！利用者皆さま
楽しまれていました！
１０月にはドライブレクにて
円山周辺の風景をご覧になり
秋の訪れを感じていただきました。

1階 生活介護











９月の第２週に百合が原公園に行ってきました。
昨年は新施設のリリリの開業が遅くなり行けなかったこともあり、今年はリベンジ企画として従来の施設コースと新施設コースを選択していただく形式で実施しました。美味しいジェラート等を食べて、リリートレインにも乗り一足早い秋の景色を楽しんで大満足でした。

3階 障がい者支援施設









１０月 ゆにガーデンへ外出行事を行いました。
天気が良くお出かけ日和の１日を過ごし、皆様とても
喜ばれていました。
花を見ながら食べるアイスクリームもとても美味しかったと
お話しをされていました。