

クリスマスの意味

「クリスマス」は、イエス＝キリストの誕生を祝うお祭りとして位置付けられ、12月25日に行われます。多くの民族に見られた、太陽の再生を祝う冬至の祭りと融合したものとされています。
なぜ「クリスマス」と呼ばれるかについては、キリスト「Christ」とミサ「Mass」が合わされて成り立っています。(ミサは、カトリック教会で礼拝の際に、神父から信者にパンを与えること。)

クリスマスの起源

12月25日が「クリスマス」になったのは、紀元4・5世紀頃と言われていますが、由来については、正確な記録はありません。一説には、元々ローマで行われていたお祭りに、イエスの誕生日を祝うという意味が付け加えられ、民衆に受け入れられたことによって、「クリスマス」が定着していったようです。

クリスマス・イブの意味と由来

「クリスマス・イブ」のイブは「Evening」「晩」という意味です。暗くなる夕方4時過ぎから夜11時頃までに使われる言葉で、つまり「クリスマス・イブ」は「クリスマスの晩」ということになります。



久辺の里 便り

第28回
令和5年12月

☆ 年末のご挨拶 ☆

早いもので、年末のご挨拶をさせて頂く時期となりました。
皆様におかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。
こうして無事に年末を迎えることができたのも入居者様、ご利用者様、ご家族 地域の皆様のご理解とご協力のおかげと心より感謝を申し上げます。
来年も誠心誠意努力してまいりますので、より一層のご支援を賜りますようお願い申し上げます。
時節柄、ご多忙のことと存じますが、くれぐれも体調にお気をつけてください。
来年も相変わらぬご支援を頂けますようお願い申し上げます。
久辺の里 事務局課長 古波蔵 清隆

∞ 年末年始の面会について ∞

年末は下記の日程で面会をお休みさせていただきます。
令和5年12月30日(土)～令和6年1月2日(火)
令和6年1月3日(水)より通常面会になります。

【高齢者が冬に気をつけたい健康管理】

- ① ヒートショック**
冬は暖房を使用することで、部屋と部屋の間で温度差が大きくなります。身体は気温の変化に合わせて体温を調整しようと、血管を広げたり縮めたりします。そのため血圧が上がったり下がったりしてヒートショックが起きやすくなります。浴室やトイレといった気温が低い部屋には、暖房器具を設置するようにしましょう。また、しっかりと水分を摂る。熱すぎるお湯には浸からない、長湯をしすぎないといったことにも気をつけましょう。
- ② 冬の脱水**
脱水とは、身体に必要な水分やミネラルが不足した状態です。気温が高く、汗をかく夏に起こりやすい印象がありますが、冬も注意です。なぜなら、空気が乾燥していることに加えて、気温が低くて喉が渇きを自覚しにくいので、水を飲む機会が更に減ってしまいがちです。食事のときに加えて、起床時、外出や入浴後、就寝前など、ひと行動ごとにお水を飲んで水分摂取の機会を増やすと良いでしょう。
- ③ インフルエンザ**
冬は感染症にも気をつけたい季節。その代表がインフルエンザです。高齢者は重症化しやすいため、流行している時期には人混みを避けて、外出するときはマスクを付けることが大切です。手についてウイルスから感染することを防ぐために手洗いもしっかり行いましょう。
- ④ ノロウイルス**
感染すると嘔吐や下痢などの激しい胃腸症状を引き起こす。過熱が不十分な二枚貝や、ノロウイルスに感染した人の嘔吐物・便から感染することが多いです。二枚貝を食べるときは十分に火を通し食事の前やトイレの後は流水で石鹸を使ってしっかりと手を洗いましょう。

今月のメニュー ～厨房だよ～

2023年12月 月間メニュー表

日	12月8日(金)	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	12月16日(土)	12月17日(日)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)	12月24日(日)	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)
朝	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳	パン チョコレート のり巻 加工乳
昼	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ	鶏肉のチルド焼 自家製のクリーム ソーサーのコンソメスープ
夜	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	★コーヒークーキ	
デザート	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ	イチゴのコンソメ スープ		



名前 棚原 憲哉
出身：久志ぐわー
配属：特養(ていご)



名前 大城 綾乃
出身：名護市
配属：栄養士



名前 比嘉 雅文
出身：名護市
配属：厨房

職員紹介

安心・安全を第一にケアさせていただきまます。
元気に笑顔で頑張りますので宜しくお願いします。
これから頑張っていきますので宜しくお願いします。

デイサービス(誕生日会)



お誕生日おめでとうございます。😊 これからも久辺の里で明るく、楽しく過ごしましょうね



金城トミ様(107歳)のお祝いおめでとうございます♡



ご長寿バンザイ♡いつまでも健康で明るく楽しい日々を送られますよう、お祈りいたします。😊



特養(ドライブ風景)



名護博物館へドライブに出かけました♡
いつもと違った風景を見たり、季節の移り変わりを感じとても楽しかったそうです。😊

ショート



ユニットにてご利用者様・職員
レクを楽しまれています。😊