

朝晩の冷え込みを感じる秋となりました。

11月に入り、寒さを感じる朝を迎えることが多くなってきました。それに伴い、体調を崩される方が少しずつ始めているため、無理をせず体調の変化を感じたら休息を摂るように心がけましょう。



## 高齢者の風邪ココに注意！

### ●潜在的

風邪悪化の原因

- ・抵抗力が弱い
- ・風邪の引き始めに気が付きにくい
- ・普段から漠然とした全身症状が多い

合併症の発症

肺炎



気管支炎

重症化

要介護度の悪化

### ●特に注意が必要な人

- ・ぜんそく、心臓病、糖尿病など基礎疾患がある人

### ●風邪のサイン

- ・横になる時間が長い、食欲がない、ボーッとしている など

## \*10月のイベント\*

### ハロウィーンおやつ♡

31日はハロウィーン。かぼちゃのプリンなど、秋らしいおやつを提供いたしました。



### 外食イベント！

今月は8名の方が参加されました。お店でお好きなものを注文できるため、とても喜ばれております。



## \*10月の誕生日会\*



今月は9名の方々が誕生日を迎えられました。皆さま、誕生日おめでとうございます！

## 2018年11月 イベントの予定

外食イベント  
誕生日会  
ヘアカット  
軽井沢マーケット  
パン屋  
きりみ屋

予定は変更する場合もございます。ご了承ください。