

(有)創和 月刊便り 二〇一五年 七月号

優しい風

創和まつり



お立ち寄りいただき
有難うございました!

☆両宮の里☆

早いもので一年も半分が過ぎてしまいました。今年も毎年恒例の創和まつりを開催しましたところ沢山の方に来ていただきました、有難うございます! 地域の方々ご利用様のふれあいの場になっていたら幸いです。両宮の里が来店した炊き込みご飯もおかげ様で見事完売しました。また、暑い日に冷たい水ようかんを作り、ご利用者様から「美味しい!」「また食べたい」などの声が上がりました。また作りましょうね♪
これから暑い季節になります。熱中症や脱水症状に気を付けましょう。

七月の行事:七夕、そらめん流し、スイカ割り、誕生日会等

〈お問い合わせ〉小規模多機能型居宅介護事務所 両宮の里
電話番号086(229)9300

担当:甲



傘踊り・日舞

小鳩会の皆さんが来て下さいました!



髪の毛が邪魔で結ったら



サエさんになっちゃった

☆居宅介護支援☆

窓から見える田植えを終えた水田は、青々とした苗がこれから力強く成長しようとする勢いを感じます。今年はおかげさまで雨が多く稲の生育には都合がよいのですが、梅雨に入り過ごし辛い日が続いています。

梅雨時には湿度の高さ、日ごとの気温差や台風に伴う気圧の変化などが原因となって体のだるさや疲労感を感じる事が多くなります。心身の調子を崩さないために3つの生活習慣に気を配りましょう。

- ①栄養バランスのとれた食事を食べること。
- ②しっかり睡眠をとって疲労を回復すること。
- ③積極的に体を動かしてよい汗をかくこと。

以上のことに気をつけて梅雨を乗り越えて、楽しい夏を迎えましょう。

〈お問い合わせ〉 居宅介護支援

電話番号 086(229)9300

担当:小倉



これでタオルた
たみの準備体操
おわり!



☆桃の里☆

今年も、早くも半ばを過ぎてしまいました。カンカン照りの暑い日もあり本格的な夏の到来です! じめじめした梅雨でなかなか洗濯物が乾きません。乾くまでの間、皆でタオルたたみや、手の体操をしております。指を組んで親指からくるくる:人差し指をくるくる:。中指までは余裕で出来るのですが、薬指が難しいのです! 「こうじゃ」と教えてくれるのですが指がつりそうです他にも「ぐく、ちよき、ぱく、ぐく、ちよき、ぱく」と手の体操。作業の間でも自然と歌いながらやっております。

〈お問い合わせ〉 グループホーム 桃の里

電話番号 086(955)5899

担当:岩崎

過ごしやすい天気になってよかったです



☆ルミエール桜が丘☆

今年も、創和祭に参加しました！皆さんで車に乗ってレツツゴー！うどんやフランクフルトでお腹を満たし、作品の展示を見て目で楽しみました♪フリーマーケットでは掘り出し物を探して、ゲットゲット！短い時間でしたが、皆さんで外出して楽しかったですね♪
また、保育園の子供達との交流では、一緒に折り紙をして楽しみました☆

〈お問い合わせ〉

サービス付き高齢者向け住宅ルミエール桜が丘

電話番号 086(955)5923

テイサービスルミエール桜が丘

担当：大治
担当：宇野



素敵な折り紙
どこに飾ろうかしら

☆訪問介護サービス☆

ひまわりが日に日に背を伸ばすこの頃、蒸し暑い日が続いています。夏バテ等されていますか？室内にいても熱中症になるケースが多く、年を重ねると汗をかきにくくなり体温を下げる事ができなくなるため、体内に熱がこもりがちになるそうです。暑いと思ったら我慢せず、扇風機やエアコンをつけて下さいね。喉が渇かなくても水分を摂るように心がけてください。

〈お問い合わせ〉 訪問介護サービス

電話番号 086(229)9300

担当：坂根

☆亀池荘☆

梅雨の折から、皆様にはますますご健勝の事と存じます。六月一四日の創和祭りには、多くのご利用者様方とご家族様方にご来場頂きまして、誠に有難うございました！お陰さまで亀池荘ブースも大盛況の内に終わりました！さて、六月の亀池荘も「お祭り」だけでなく日常も盛り沢山でした！
あじさい工作に続き、亀池農園作業、突発プランにて、収穫したジャガイモでハッシュドポテト、クレープ作り等々：目の色を変えて取り組んで下さる面々：頼もしい限りです！
皆様の気力体力思いやりに日々助けられている亀池荘でございます！

〈お問い合わせ〉通所介護（テイサービス）亀池荘

電話番号 086(229)9300

担当：藤岡



大収穫



美味しくできあがり！



☆看護師より☆☆食☆☆

今回は食についてです。暑くなると食の進まない方もいらっしゃるようですが、高齢になるとそれだけではない時もあります。

- ①虫菌がないか、義菌があっているかの点検
- ②嫌いな物はないか(献立の工夫)
- ③身体を動かして気分転換を図る

などの理由もあるので見直してみてください。

また、食中毒の季節にもなりました。手洗い、調理器具の清潔を保つこと、食品も十分加熱して早めに食べることを心掛けてください。