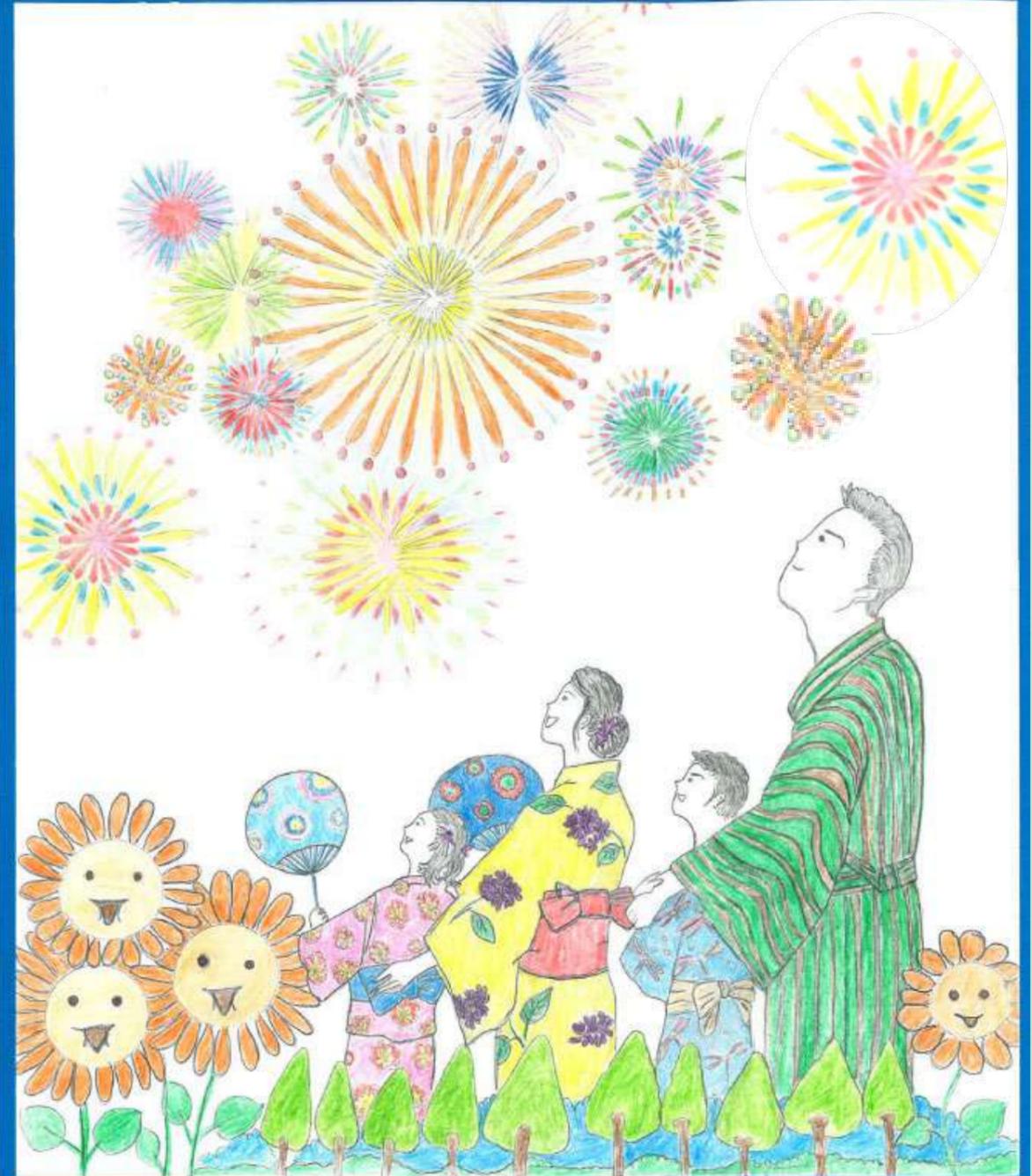


しおかせだより vol.73



施設内で行われた夏祭りのポスターです。ミャンマー出身の職員が日本の夏祭りをイメージして描きました。

写真の使用については個人情報使用の同意をいただいた方のみ掲載しております。

デイケア通信



デイケアでは天気の良い日は利用者様と職員で外の散歩をしています。暑い日が続いていますが、外に出て歩くと気分が良いとの声が多く聞かれました。

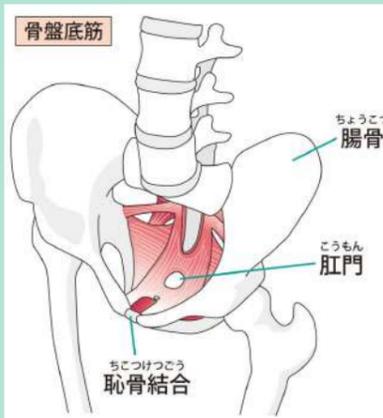
また毎月利用者様と一緒に掲示物を作っており、季節を感じてもらえるように工夫しています。



リハビリだより

病気の後遺症や難病をお持ちでなくても、加齢とともに「トイレが近い」「尿漏れ」「尿が出にくい」など、排尿のトラブルを抱える人が増えてきています。尿漏れや頻尿などのほとんどは重大な病気ではありませんが、QOL（生活の質）に大きく関与してきます。そこで、少しでも、頻尿を改善し、過ごしやすい日々近づけるよう頻尿・尿漏れ改善トレーニングをご紹介します。

座った状態で両膝の間に座布団やボールを挟みます。息を吐きながら、ボールや座布団を潰すようにゆっくりももの内側に力を入れます。力を入れた状態を10秒キープし、その後ゆっくり力を抜きましょう。



～古布の寄付のお願い
現在ウエスが大変不足しております。ご家庭で不要になった衣類・シーツ・タオル等のご協力をお願いいたします。職員にて裁断し、大切に使用します。

～編集後記～

- 須藤 亜紀：暑さに負けず、夏を乗り切りましょう！
- 菅原 洋子：ごま油と塩を混ぜたたれに白つぶをつけて食べる。最高です！！是非ご賞味を♡
- 佐藤 誠：熱中症・脱水症状に気を付けていきましょう！（自分は塩を摂取してます）
- 小野 和彦：段々暑さが増してきたので、こまめに水分摂取して脱水症状予防に努めましょう。
- 首藤百合香：毎日暑いですね。こまめな水分補給を行い、熱中症に気を付けて下さい。
- 後藤 優輝：水分補給、適度な運動、規則正しい生活で暑い夏を乗り切りましょう。
- ミエ・ミエ・モオ：暑いので、水分を取って楽しい日をお過ごし下さい。
- 藤田 梨恵：夏バテが来る頃かもしれませんので、しっかり食べて寝て適度な運動を一緒に行っていきましょう！
- 三浦 琴美：夕方のヒグラシ蝉の音、早朝海に見える真っ赤な朝日…南三陸の夏はいいですねえ！
- 後藤 涼佑：まだまだ暑い日が続くので、体調に気を付けて過ごしましょう。



介護老人保健施設ハイム・メアーズ
住所：本吉郡南三陸町志津川字袖浜255
TEL：0226-46-2772
FAX：0226-46-2773
e-mail：meeres-01@echna.ne.jp

令和3年8月10日発行



毎年恒例の夏祭り。昨年に引き続き、コロナウイルス感染拡大防止のため、入所者様と職員のみで行いました。沢山の笑顔がみられた時間となりました。

数日前から始めた夏祭りの飾り付けを見ては、「お祭りいつ?」「アイス予約しておきます」とワクワクして待って下さっている気持ちが伝わっていました。当日はわにわにパニックゲームで競い合い、ヨーヨー釣りでカップラーメンやわたあめ等を釣り上げ、笑顔が溢れていました。余興では珍しい各国の華やかな衣装をまとった、普段とは違う装いの職員に驚き、目が釘付けになっていました。女装した職員を勘違いし綺麗だと喜ぶ男性利用者様も・・・そしてやぐらを囲んで盆踊り。昔を思い出し、皆で一つになって炭坑節を踊りました!たくさんの笑顔が輝く夏祭りとなりました☆



つつじ・さくら

7月は4日に七タレク、18日に夏祭りを行ないました。七タレクでは利用者様が一生懸命短冊に願い事を書き、できた短冊を笹に飾り付けしました。夏祭りでは金魚すくい、ボーリング、くじ引きを行ないました。利用者様は笑顔で参加されていました。おやつには職員手作りのプリンパフェを提供して涼んでいただきました。七タレク、夏祭り終了後「楽しかった、またやりたいね」「パフェ美味しかった」等と職員に話されたり、利用者様同士でお話をされていました。



7月18日に夏祭りが開催されました。ばら・なでしこでは輪投げ、出店を行ないました。輪投げでは見事に命中させ、景品を喜んで受け取っていました。出店ではあんみつ、あんこ、アイスクリームをそれぞれ食べたい利用者様に飲み物と一緒に提供しました。「美味しいです。」「おかわりちょうだい。」と、とても喜ばれておりました。職員による余興が始まると仮装した姿に驚かれたり、一緒に盆踊りを踊ったりとても楽しまれておりました。まだまだ新型コロナが終息しませんが、コロナに負けず暑さに負けず元気に夏を過ごしましょう。



もも・つばき

7月18日に、つばき・ももユニットのみではありましたが、夏祭りを開催致しました。催し物としては、たこ焼きに見立てたボールを投げる玉入れや金魚釣りで身体を動かして頂きました。また、夏の風物詩である花火を大きなスクリーンに映し、花火の迫力を改めて感じて頂けたことと思います。出店は、チョコバナナを行ないました。バナナだけではなく、マシュマロや登米産イチゴにチョコソースをかけて召し上がって頂きました。抽選会も皆さん景品を手にとるととても喜ばれておりました。これからも季節にあった行事を実施し楽しく過ごして頂きたいと思っております。

