

ケアガーデンだより

医療法人蘭和会 第222号平成29年8月10日発行 介護老人保健施設ケアガーデン津山



津山市河辺 332-1

TEL0868-21-7711

夏が来れば思い出す

私らが子供の頃はプールも無く、近所のため池でズロースー丁で水遊び。池には菱が生えとって、その菱を取り塩茹ですると、とてもコクがあり美味しかった。男の子は池の深い所にも行って菱を取るが、私ら女の子は浅い所で水遊び。その浅い所から急に深くなる所にはまってしまい、私は足がつかず溺れるかと一生懸命もがいた。もがいたら浅い所に足が着き誰かが助けてくれた。それでも手にはちゃんと菱は掴んでいた。それ以来、菱は取るまいと思いました。

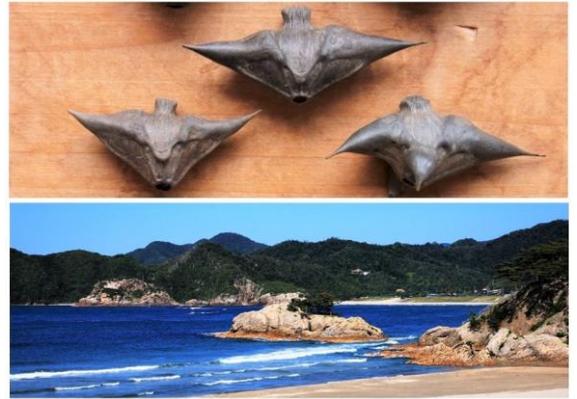
茄子や胡瓜、スイカを庭の池につけておくと、山からの湧水が冷やしてくれ美味しかった。もちろん冷蔵庫も無い時代の話です。

私らが子供の時に、何かの病気になっていたみたいで、毎日スイカを食べなさいと言われていた。毎日大人が日本原にスイカを買いに行き食べさせてもらっていたが、さすがに私も食べるのが嫌になっていた、毎日じゃから。ある時、買ったスイカを塩手池の近くで落として割ってしまったと聞いた時の嬉しかった事、嬉しかった事。いまはスイカも好きですよ。

女学校時代は、今津屋橋近く吉井川の深い所で泳いだことが思い出。さすがにその時はもうズロースー丁ではありませんでしたよ。

戦争も終わり、母親になってからは、夏に子供を他の親子と一緒に浦富の海に連れて行くのが夏の恒例行事。朝5時過ぎの加茂駅発の汽車に乗り、7時位には浦富に到着。そこで小さく切った生のイカを買い、醤油をつけ海辺のテントの下で食べるのが一番の楽しみ。そりゃあ美味しかったですよ。大人の私も初めの年はシミーズで浅瀬に足を浸ける程度だったけど、見るのだけではアホらしいと翌年からは水着を着て親も楽しみました。10年近く行ったかなあ。子供が喜んでくれていた事がなにより一番嬉しかった。それが若かりし日の私の夏の思い出です。

【女性利用者の方に夏の思い出をお伺いし掲載させていただきました。】



8月の予定

- 1日(火) おやつ選択
《ぶどうゼリーor 西瓜ゼリー》
- 2日(水) 訪問歯科診療
習字クラブ
- 4日(金) 音楽療法(1・2F別フロア)
- 7日(月) 昔話語り(ぴんどろう)
- 10日(木) 理髪(ブーム)
- 11日(金) 山の日(通所リハビリはお休みです)
- 12日(土) 通所リハビリ(小麦まんじゅう)
- 13日(日)~15日(火) お盆休み
(通所リハビリはお休みです)
- 16日(水) 訪問歯科診療
「8月誕生日会」
《昼食誕生日メニュー》
五目稲荷寿司、梅のり汁、煮豚、
ナスの揚げ浸し、ぶどう



- 18日(金) 理髪(サチ)
音楽療法(合同フロア)
- 22日(火) 習字クラブ
- 23日(水) 書道クラブ
- 24日(木) 理髪(ブーム)
- 25日(金) 音楽療法(1・2F別フロア)
昼食選択メニュー

- 《おろし天ぷらうどん or おろし天ぷらそば》
- 26日(土) 1Fリハビリ(南瓜のみたらし団子)
てての会
- 30日(水) 訪問歯科診療



ケアガーデン

夏の風景



7月23日(日) 夏祭り

今年は職員手作りの夏祭り。ウクレレ演奏で「瀬戸の花嫁」を一緒に歌い、南国の雰囲気漂うフラダンスにうっとり。「とっても素敵」「チャミング」「私も踊ってみたい」などなど絶賛の声が。炭坑節では昔踊った懐かしさで身体が自然と動いたり。お昼は焼きそば、おやつはアイスクリームを食べ、夏を満喫することが出来ました。



施設西側 グリーンカーテンの朝顔

今年も強い日差しを和らげてくれています。葉も花もとても大きく2Fも超えていきそうな勢いですが、種はできない品種です。



ラッセン風?イルカ

お花紙を5ミリ大に丸めてイルカを描き、周りはちぎり絵で表現。1Fに掲示しています。次は花火を製作中との事。



熱中症を予防しましょう



のどが乾く前にこまめに水分補給(入浴前や夜寝る前にも)をしましょう。

梅昆布茶やみそ汁はミネラルや塩分が含まれており、予防に有効といえます(2015熱中症診療ガイドラインより)。大量に汗をかいた時には梅干しやスポーツドリンクを摂取しましょう。

「夏のボランティア」学生来所中



夏休み期間中、様々な人との関わりや社会福祉について触れる事を目的に、津山市内の高校生5名が当施設で各3日間夏のボランティア体験を行っています。初日は緊張している学生も3日目には「浦安の舞」や「空手の型」など得意な事を皆さんの前で披露。「良い経験が出来た。」と話す表情は充実感そのもの。学生さんの初々しさに利用者の方も喜ばれ…。3日間の貴重な経験を終えた若い力の今後の活躍に期待したいですね。



赤ちゃん誕生おめでとう!

2階さくらスタッフの西元亜梨沙さんが7月15日に元気な男の子(次男ちゃん)を出産しました。名前は湊輝(そうき)くんです。健康でわんぱくに成長して下さい。

通所ご利用者・ご家族の方へお知らせ

平成29年8月から通所ご利用時に「中重度者ケア体制加算」を算定させていただくことになりました。料金は1日20円(2割負担の方は40円)となります。ただし、月によって加算要件を満たさない場合があるため、その月は、1日20円(40円)の料金は発生いたしません。ご了承いただきますようお願い申し上げます。

「入所利用者のご家族の方へお願い」

その1、感染防止のため、面会時には玄関にて手指消毒をしてお入りください。

また、風邪症状や体調不良時には面会をご遠慮下さいませよう、ご協力とご理解をよろしくお願い致します。また、手洗い・うがいの励行をお勧め致します。

その2、6月26日食中毒注意報、更に7月5日には「腸管出血性大腸菌感染症注意報」が発令されています。引き続き、食中毒予防の三原則「食中毒菌を付けない、増やさない、加熱(やっつける)」に注意して食品を取扱い、食中毒防止に努めましょう。生もの(握り寿司、生クリームを使った菓子など)、果物(西瓜、バナナ、りんご、ぶどう、メロンなど)の差し入れはご遠慮下さい。

その3、室内シューズが汚れている方は、洗濯をお願いします。

編集後記

海、花火、祭りとおちこちが賑わう夏本番。照り付ける太陽と青空の下の海も良いですが、人もまばらになり静けさと波の音が強調される夕方以降の海辺が私は好きです。日没前、オレンジ、赤、金色と不思議な色が空を包む時間をマジックアワー(魔法の時間)、水平線に陽が沈み、世界が蒼に染まる昼と夜の境目の時間をブルーアワーと呼び、やがて暗闇に。一日の中で数分~数十分間の短い自然のショータイム。刻々と変化する空のキャンパスと波の音に癒され、この暑い夏を乗り切りたいです。(K、T)