

新型コロナ感染予防策を徹底し、『マスクの着用』『手指消毒』『お互いの距離を確保』など十分注意を行いました。

# 誠和荘だより

第141号  
令和5年7月1日  
発行

## 養護

## 五月まつり

5月16日(火)初夏の暖かい日差しの中、ピロティにて「五月まつり」を開催しました。例年は、4月に春まつりを行っておりましたが、今年5月より新型コロナウイルス感染症の取り扱いが5類になり、ご家族も招待して開催しました。

理事長の挨拶からはじまり、総括荘長と荘長、民踊クラブ員による「はいや節」「炭坑節」の民踊踊り、ビンゴ大会では豪華景品も用意しました。リーチ！リーチ！ののちビンゴ!!ビンゴ!!の音が響き、盛り上がりました。その後は、カラオケ大会がはじまり、ステージ上では自慢の声を披露しました。屋台もあり、ハッシュドポテトやフランクフルトと水まんじゅうやプリン(マンゴー・いちご・バニラ)と用意し召し上がっていただきました。久しぶりに皆さんの笑顔と元気な声を聞くことができ、楽しい時間を過ごすことができました。またご家族様も一緒になって楽しんでいただけたと思います。



## 4月から始めた クラブ紹介

### 体軸体操クラブ

毎月第2・第4木曜日にインストラクターによる運動機能向上を目的としてはじめました。体軸体操は、体を内側から支え、体の保持や動きの安定性を高めてくれます。また姿勢がよくなり怪我をしにくい、体調が崩れにくい、精神の安定など心身共に良い効果が期待されます。



### 脳トレクラブ

毎月認知症防止を目的として、連想ゲームや間違えさがしなど脳の活性化につながる頭の体操を皆で楽しみながら活動していきます。初回には、たくさんの方が参加され好評でした。



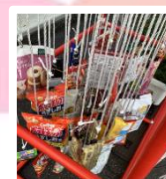
## おもな行事予定

- 7月 七夕まつり
- 8月 夏まつり、
- 9月 敬老祝賀会

## 特護

## 五月まつり

5月16日(火)にコロナ禍になってから、待ち望んでいた何年かぶりの家族様を迎えての開催となりました。お天気にも恵まれて、利用者様には、千本つりや的当てを行い、景品をプレゼントしました。垂れ幕やのぼり周りで記念写真を撮影し、雰囲気作りとしてシャボン玉にて演出したりして、素敵な写真がとれました。ゲームや外気浴を楽しまれ、とても良い笑顔あふれる1日となりました。



## レクリエーション



### ミニカステラ

ミニカステラを利用者様と一緒に作り、普段と違うおやつを食べて雰囲気を楽しみました。生地を練りたこ焼き用の型に流し入れて、転がして丸く仕上げ、ハイ！出来上がり！！あとは味の変化を楽しむことができるようトッピングのホイップクリームやあんこも用意しました。皆さん楽しそうに生地を混ぜたり生地を型に流し入れ、焼き上がりを楽しみました。



### 輪投げ大会

輪投げ大会を楽しみました。皆さんの棒に向かって力いっぱい輪を投げ入れていました。合計点で競いました。周りでは、利用者さまと職員で応援し大いに盛り上がりました。



### しゃぼん玉

色んなしゃぼん玉を楽しみました。顔より大きいものや小さいものまで、今は、せっけん液のストローを付けて、口で吹かなくても自動でしゃぼん玉が出てきてハイテクです。

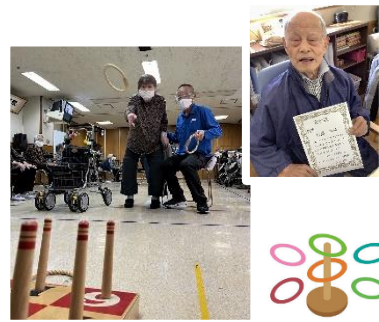


# デイサービスセンター誠和荘



## 4月

4月26日(水)、27日(木)は「輪投げ大会」を開催しました。1対1で点数の高い方が勝ち上がるトーナメント形式で行い、「〇〇さんガンバレ～」と応援にも熱が入っておられました。



## 5月



5月4日(木)～6日(土)の3日間、端午の節句を祝い恒例の菖蒲湯を実施しました。湯舟でゆったり寛ぎながら菖蒲の香りを皆様に楽しんでいただくことができました。

5月16日(火)は誠和荘「五月まつり」が開催され、当日デイサービスご利用の皆さまにも参加していただきました。併設施設の民謡クラブが主となった踊りを観賞したり、屋台のフランクフルトや甘味などを召し上がっていただきました。ビンゴ大会では大勢の方がダブルリーチやトリプルリーチとなり大変盛り上がりました。早くにビンゴできた方々には景品を持ち帰っていただくこともできました。



## 6月

6月13日(火)と14日(水)は「運動会」を開催しました。「おたまりレー」と「パン引き競争」の2競技を赤組白組に分かれて行っていただきました。赤白接戦で最後の対戦までどちらが勝つかわからない白熱した戦いとなり大変盛り上がりました。競技で使用したパンは今年も参加賞としてお持ち帰りいただき皆様に喜んでいただけました。



## デイサービス おもな行事予定

7月	七夕まつり、すいか割り大会
8月	かき氷作り、夏まつり
9月	敬老祝賀会

## 編集後記

今年は新型コロナウイルスも5類となり、ようやく各地で夏祭りや花火大会などが開催されそうですね！ここ数年中止になっていたぶん楽しみたいですね！また新型コロナウイルス感染流行の兆しがあるなか、施設では6回目のワクチン接種がはじまりました。一日も早くマスク着用なくともいい生活に戻ってほしいと願う毎日です。(編集担当)

## サロン誠和のご案内

3密を避け、事前申し込み・マスク着用で「サロン誠和」を楽しみましょう(^^)

### ▼健康体操(地域定員10名程度)

日時 7月20日(木)・9月21日(木)  
午後1時30分～3時

### ▼民謡(地域定員5名程度)

日時 7月25日(火)・9月26日(火)  
午後1時30分～3時

### ▼バラエティ(地域定員5名程度)

日時 7月11日(木) 風船バレー  
午後1時30分～3時



※新型コロナウイルス感染症の流行により中止・変更があります。開催日の前日までに事前の確認をお願いします。

## 養護 栄養士より

## 熱中症に気をつけましょう

皆様はじめまして。4月から養護の栄養士になりました藤田です。今回から栄養士のコラムも載せていただくことになりました！宜しくお願いいたします。熱中症は、高温多湿の環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、めまい、筋肉痛、頭痛、吐き気、意識障害などの症状を発症します。適切な予防行動をとり、熱中症には気をつけましょう。<予防行動>

- ① 熱中症警戒アラートのチェック 熱中症の危険性が極めて高くなると予測されたときに危険な暑さへの注意を呼びかけ、前日17時頃と当日5時頃の2回発表されます。
- ② 適切なエアコンの使用(日中の炎天下だけでなく室内や夜間でも多く発生しています。)
- ③ こまめな水分・塩分補給(室内で汗をかいていなくても)

### 🌿おすすめの栄養素と食材🌿

- ・タンパク質・・・しっかりした体を作る(肉・魚・卵・乳製品・豆製品など)
- ・ビタミンA、C・・・体の抵抗力を高めてくれる(キウイ・じゃが芋など)
- ・ビタミンB1・・・糖質をエネルギーに変える(豚肉・ごま・かつお・玄米など)



水分補給だけでなく、きちんと食事を摂り、体を作ることも熱中症対策になります。誠和荘のお食事は、これらのバランスを考えて作られていますので1日3食しっかりと食べるよう心掛けましょう！

編集・発行 社会福祉法人八起社 老人ホーム誠和荘

〒468-0001 名古屋市天白区植田山2丁目101番地

☎ 052-781-2859 ホームページ//hakkisya.com

養護老人ホーム誠和荘  
特別養護老人ホーム誠和荘  
デイサービスセンター誠和荘  
誠和荘居宅介護支援事業所  
誠和荘短期入所生活介護事業所