

《7月の取り組み》

○×クイズ(6月)・・・『パンダのしっぽの色は黒？白？』分かりそうで分からない、脳トレクイズです。時には職員の年齢あてクイズなどでちょっと一休み。「若く見えるわ〜！」と言われ、その気になる職員もいたり。クイズなのに笑いが絶えませでした。

すごろく(6月)・・・職員手作りのすごろくゲーム。サイコロを振ってマスにあるお題を解決しながら駒を進めていきました。『秘密を教えてください』のマスでは、「内緒でへそくりしています。」とか「彼女がいます。」など驚きの告白が！！『足踏みを10回してください』のマスでは、グループ全員で息と足を合わせて足踏みをしました。ゴールした時にはどなたも嬉しそうでした。

星釣り・・・梅雨空はどこへやら？ユトリアムの天の川は、毎日晴天で、織姫と彦星に扮した皆様が天の川に糸をたらし、星釣りを楽しみました。ロマンチックなデートの様にはならず、皆さんひとつでも多くの星を釣り上げようと必死にがんばっていました。

膝相撲・・・懐かしの紙相撲を、相手と向かい合い土俵を膝の上のせて、「はっけよい、残った！」土俵をトントンする代わりに、足踏みをし、力士を戦わせました。一度立ち合いが始まると、皆さん熱くなって真剣そのもの。いくつもの名勝負が生まれました。

天の川リレー・・・向かい合った二人で天の川に見立てたバスタオルを広げ、その上を星に見立てたボールが流れていきました。早くゴールにボールを入れたチームが勝ちということで二人で息を合わせながら、急いで隣にボールを送りました。タオルにくるまれたり、落ちてしまったり、勢いよく飛ばしてしまったりと各チーム、苦戦していました。無事ゴールし、勝利したらチームの皆さんでウェーブを行い、天の川に大きな喜びの波が生まれました。

*「夏祭り」については次回、掲載致します。

* 予定していた「スマートボール」は「天の川リレー」に変更になりました。

《8月の取り組み》

第一週 スイカ割り・・・毎年恒例スイカ割り🍉なんと本物そっくりの叩き感を味わえます！

第二週 夏の夏期講習・・・3年B組ユト講習。国語、数学、理科、社会とクイズ形式で楽しく取り組んで頂きます。

第三週 虫取りゲーム・・・網で飛んでくるカブトムシやセミを捕まえていただきます。うまく捕らえられるでしょうか？

第四週 スリッパダーツ・・・履いているスリッパを飛ばし、得点を競うゲームです。

第五週 名札作り・・・プラ板を使って、名札を作ります。デザインは自由です。



ナース通信

《熱中症を防ごう！》

気温や湿度の高い日や日差しの強い日は熱中症になりやすい為、注意が必要です。

《高齢者が熱中症になりやすい理由》

- 摂取する水分も少なく、体内に留めておける水分量が少ない為、脱水状態になりやすくなります。
- 加齢により暑さや喉の渇きを感じにくくなります。
- 加齢により体温調節機能が低下し、汗をかきにくくなる為、体に熱が溜まりやすくなります。

《熱中症を防ぐ方法》

- こまめに水分を摂りましょう。(寝る前、入浴前後にもコップ1杯の水分を摂って下さい)
- 部屋の風通しを良くし、エアコンを使用しましょう。
- 外出は日中の暑い時間帯を避け、帽子などで直射日光を避けましょう。

栄養科

《8月の行事食とおやつ》

《行事食》

12日(土) 駅弁「和歌山」

こけら寿司、魚の金山寺味噌焼きなど見た目も華やかな和歌山県の郷土料理をお楽しみ下さい。

15日(火) とうもろこし御飯

白い御飯にとうもろこしの黄色が映えます夏の味です。

21日(月) そうめん

30日(水) いなり寿司、松風焼き、茶わん蒸し

日付未定で三色丼、スパゲッティナポリタンを予定しています。

《おやつ》

ところてん(酢醤油)(1~5日)

すいか(7~10、12日)

夏の果物といえば、すいか！瑞々しいさっぱりとした甘さをお楽しみ下さい。

いちごアイス&バイクドチーズケーキ&ホイップ(14~19日)

夏空の花(水まんじゅう)(21~26日)

夏空の花火をイメージした、水まんじゅうです。

スペシャルフルーチェ(28日~9月2日)