

《8月の取り組み》

**夏祭り**・・・年に一度の一大イベント夏祭り！この日のためにひと月前から皆で練習していた『浜っ娘音頭』を踊り、元気に幕開けです。今年もコイン落としに輪投げ、素敵な景品が当たるビンゴ大会と盛り沢山です。いい匂いがしていると思ったら、屋台では、焼きそばや焼き鳥じゃがバターが出来上がっていました。屋台の料理を食べながら、職員による余興を楽しめました。いまさら？ピコ太郎も手拍子とともに盛り上がり、タネも仕掛けもない？様々な手品に「不思議～」の声思わず出してしまう利用者さんも！続いて職員全員による『よっちょれ』。手作りのおそろいのハッピーを着て「どっこいしょ！」と元気に踊り、夏祭りに花を添えました。最後は皆さんと炭坑節を踊り今年も楽しい夏祭りが幕を閉じました。

**スイカ割り**・・・目隠しをして、スイカ割りの開始です。「右～」「前～」など、周りの皆さんの声を頼りに慎重にスイカに向かって進んで行きました。「そこ～」の声で一振り！見事スイカに命中しスッカリ！この日のおやつは甘～いスイカでした。

**夏期講習**・・・子供達には負けられない！？曜日ごとに科目を変え、〇×クイズ形式で勉強をしました。

**虫取り**・・・次々と飛んでくるカブトムシやセミ、トンボなどを網でキャッチ。童心に帰り、一生懸命捕まえていました。皆さん、虫かごいっぱいにお楽しみでした！

\*「スリッパダーツ」「名札作り」については次回、掲載致します。

《9月の取り組み》

**第一週 防災ゲーム**・・・「地震だ！」「火事だ！」「床下浸水だ！」カードに書かれたお題に沿った動きをしていただき、震災に対する意識を高めます。

**第二週 敬老会**・・・長寿のお祝いをさせていただきます。賀寿やご長寿の表彰や職員による歌や手作りカードなどのプレゼント。そして保育室の園児達によるダンスなど。また特別豪華なおやつなど、今年も皆でお祝いさせていただきます。

**第三週 神経衰弱**・・・柿や栗など、秋にちなんだ神経衰弱をします。

**第四週 お月見団子送り**・・・テーブルごとにお団子を送り、三宝に飾ります。早くきれいに飾れたチームの勝ち。



ナース通信

《脱水症、熱中症予防に！》

8月は雨が多く、気温は若干低めでしたが、湿度が高く、じとじと暑い日が続いていますね。ユトリアムのデイの利用者様も水分を沢山飲んでいて、実は足りてない方が多い様です。水分がしっかりと摂れてないと、脱水症や熱中症になってしまいます。

・病気で制限がない方で、1日に必要な水分量  
**1500～2000ml程度**(大きなペットボトル1本分)

《残暑も厳しそうです。そこで...》

1. こまめに水分を摂りましょう。  
(入浴前後、外出前後、運動前後、食事の際起床後・寝る前)
2. 部屋の風通しを良くし、エアコンを使用しましょう。  
(湿度に気をつけましょう)

\*いつもより元気がない、微熱がある、めまいやふらつきがある、嘔吐や下痢をしている、尿の色が濃くなり、極端に量が減るなどの症状があれば、状態に応じて受診をして下さい。

栄養科

《9月の行事食とおやつ》

《行事食》

**9日(土)重陽の節句 栗ごはん、菊花和え**  
菊を用いて不老長寿を願うことから別名「菊の節句」と呼ばれています。

**19日(火)敬老の日 赤飯 松風焼き**  
**第5週 駅弁「山梨」ほうとう**

秋の始まりに山形県の郷土料理「ほうとう」をお楽しみください。

《おやつ》

**スペシャルフルーツ**(1、2日)

**ぶどうのシャーベット**(4～9日)

秋の果物「ぶどう」のシャーベットさっぱりとお召し上がり下さい。

**和菓子3種盛り**(11～16日)

(寿練り切り、抹茶どら焼き、白玉みたらし)

**ケーキ(キャラメル)**(19～22日)

**お月見まんじゅう**(25日～30日)

月見をしているうさぎが可愛いお饅頭です。