

《7月の取り組み》

あめあめふれふれゲーム(6月末)・・・2チームに分かれ天井から吊るした傘に雨に見立てたボールを投げ入れ、ボールが入った数を競いました。身を乗り出して投げたり慎重に狙って投げたりと皆さんそれぞれに楽しめました。今年の夏は雨が多く、あちこちで災害も出ていて心配ですね。

星取りゲーム・・・天の川に見立てた台に星を並べ、フックのついた棒ですくい数を競いました。うまく引っかけからず取れない方がいる一方、一度に沢山すくい上げる方がいたり、個人戦ということで皆さん必死でしたが、子供に戻ったように笑って楽しまれていました。

七夕物語・・・2本のロープの両端に織姫と彦星がおり、二人の気持ちを乗せて風船をうちわで扇ぎました。2チームに分かれ、2人を合わせてあげようと皆さん一生懸命風を送りますが、強すぎる風で風船がひっくり返ったり、かえって進まなくなったり、みなさん悪戦苦闘していました。大きくゆったり風を送りスムーズに2人が会えた時は、どちらのチームも皆さんで喜ばれていました。

○**クイズ(夏)**・・・夏にちなんだクイズということで、身近な問題に「へ～」「そうなんだ～」など新たな発見も多々ありましたね。

夏祭り・・・毎年恒例の「浜っ娘音頭」に始まり、ジュースを片手に乾杯！！賑やかな夏祭りの開催です。お祭り気分を味わって頂く為、屋台や出店を出店。輪投げ、ひもくじ引き、スマートボール、ヨーヨー釣りなど一店一店、職員と一緒にまわりました。屋台では、お好み焼き、ジャガイモ焼きを召し上がって頂き最後は豪華デザートで、さらに皆さん大喜び！！出し物では息のあった職員のソーラン節を観て頂きました。

そして炭坑節を皆さん一緒に踊って大盛り上がりの中、今年の夏祭りを締めくくりました。昔を思い出して楽しんで頂けましたか？

*「足輪送り競争」は次回掲載致します。

《8月の取り組み》

第一週 虫取りゲーム・・・子供の頃を思い出して、木にとまった虫を網で沢山取って頂きます。

第二週 スイカ割りゲーム・・・暑い夏がやってきました。毎年恒例のスイカ割りです。お楽しみに！

第三週 イントロドン・・・懐かしの曲、何曲当てられるでしょう？

第四週 スイカ取りゲーム・・・足を使ってスイカをうまく手繰り寄る競争を行います。



ナース通信

猛暑が続き、あちこちで熱中症の方が続出しています。高齢の方は喉の渇きや暑さを感じにくくなっている為、特に注意が必要です。

《熱中症のサイン》

- 1.体温が高い 2.顔がほてっている 3.めまいがする 4.筋肉が痛む 5.歩けない
- 6.拭いても汗が出続ける

*ぐったりして、呼びかけに反応しないこともあります。

《熱中症を予防するには》

・冷房を入れ、室温を25～27℃にして涼しくしましょう。
(湿度も60%以下が良いと言われています)

・小まめに水分と塩分を補給しましょう。

*手足が痙攣している、呼びかけても反応しない(意識がない)などの症状が見られる場合、すぐに救急車を呼びましょう。



栄養科

《8月の行事食とおやつ》

《行事食》

1日(水) 土用の丑の日 鰻ちらし、湯葉とオクラのお浸し、切り干し大根の煮物、浅漬け
毎日暑い日が続きますが、鰻でスタミナ！酢飯でさっぱり！夏バテを防ぎましょう。

16日(木) 駅弁「東京」 深川めし、天ぷら、玉子焼

《おやつ》

ロールケーキ(1～4日)、水金魚(和菓子)(6～10日)、スイカ入りフルーツポンチ(13～18日)