

短冊に願いを込めて

ご利用者様と一緒に飾りました！！

系 で ん わ

【発行】

リハビリセンター
グリーン丈六
広報委員会

徳島市丈六町
山根51番
088 (645) 2112



第295号



七夕

七夕とは、天の川に隔てられた織姫と彦星が七月七日の夜、年に一度だけ再会する日。中国伝来の七夕伝説に由来があるとされています。



壁画前に飾った笹飾り

七夕は五節句のひとつで平安時代に宮中行事として行われ、江戸時代

介します。天の神の娘である「織姫」は機織りの仕事をしている働き者で、「彦星」は牛の世話をしするしつかりものでした。二人は天の神の勧めで結婚することに。しかし、二人は夫婦生活が楽しくなく仕事をしなくなってしまいました。怒った天の神は二人を天の川の両岸に引き離しましたが、今度は悲しみに明け暮れ働きなくなりました。見ました。それを見た天の神は、真面目に働くことを条件に年一度七夕の夜にだけ再会することを許します。それから二人は心を入れ替えて一生懸命に働くようになったと言われている。

以降には庶民へと広がっていききました。日本人にとつて、無くてはならない行事になっていますね。



提供した行事食

皆様は七夕にどのような願い事をされましたでしょうか。当施設の職員一同、「ご利用者様が健康で長生きできますように」と願いを込めさせていただきます。

(介護部 大平雅史)

通所だより

7月7日は七夕！毎年、願い事を短冊に書いて一緒に笹飾りを作ります。願い事の中で一番多かったのが、やはり身体のことです。「元気に過ごせますように」でした。健康第一ですね。

通所リハビリでは久しぶりにボーリング大会を行いました。上位入賞の方には景品もご用意いたしました。投げるたびに「いけー！」や「倒れて」など応援の声もあがり、身体を動かす声も張り上げ楽しんでいました。結果が良かった人、少し調子が悪かった方もいらつしやいます。皆様楽しんで頂けたなら職員



ボーリング大会の様子

も嬉しい限りです。

7月中旬ごろには梅雨明けしますが、今年の夏もとても暑くなりそうです。毎年のようにお伝えしておりますが、「しっかりと食事を取る」、「しっかりと睡眠を取る」、「こまめな水分補給」を心がけて体調管理を行ってください。今年も暑さに負けず健康な毎日を通しますように!!
(通所リハビリ 網本康恵)



飾りつけの様子

夏バテ予防

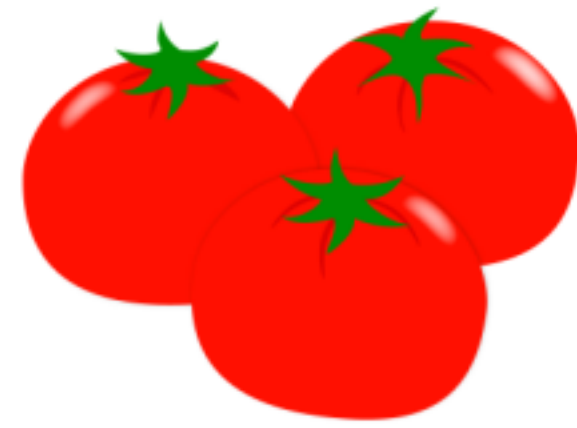
「夏バテ」とは夏季の高温多湿に体が対応できずに生じる体調不良の総称です。脱水や栄養不足、体の機能を調整する自律神経の乱れなどが原因で起こります。

夏バテにならないようにするために「体を冷やし過ぎない」、「質の良い睡眠をとる」、「栄養バランスの良い食事」、「こまめな水分補給」

が重要になります。

今回は夏バテ予防に効果的な食材・栄養素をいくつか紹介します。
●肉や魚・・・「タンパク質」が筋肉の疲労回復や免疫力の強化に期待ができる。
●牛乳や海藻・・・汗をかいて不足しがちな「ミネラル」が豊富に含まれている。
●野菜(ビタミンが豊富なもの)・・・疲労回復や腸内環境の改善に期待できる。

特におすすめの食材がウナギや豚肉、オクラ、トマト、梅干しです。グリーン丈六の食事は、管理栄養士がバランスを考えて献立を立てています。残さず食べて、これからの暑い夏を乗り切りましょう!
(栄養科 片山さつき)



父の日

父の日は6月の第三日曜日で、今年6月18日でした。家族を支えるお父さんに感謝を伝える日として、アメリカで祝われたのが始まりです。



提供した行事食

日本では幸福や喜びの象徴である黄色がイメージカラーとなり黄色のバラを贈るのが一般的とされています。近年ではお酒やネクタイなど家庭により様々な贈り物が選ばれています。グリーン丈六でも父の日に感謝を込めて行事食の提供・マスクのプレゼントを贈りました。
皆様がいとも健康でいられるよう、職員一同健康管理に気を配り、より良い支援が出来るよう努めます。
(事務部 新濱大輔)



マスクをつけてくれました

新人職員紹介

- ①自己アピールポイント
- ②これからの目標
- ③グリーン丈六のいい所



松崎 英明 (介護部)
①人と話すことが好きです。コミュニケーションを大切にして前向きに行動します。
②利用者様に顔と名前を覚えてもらうこと。また、利用者様の名前を覚えて対話づくり。
③初めての介護の仕事ですが、話やすく先輩がやさしく丁寧に教えてくれます。



舟岡 直美 (通所リハビリ)
①歌と踊りが大好きです。
②健康に気配りし、介護の仕事が続けることです。
③職員の方がやさしく丁寧に指導して下さいます。



井上 まり代 (通所リハビリ)
①日々、笑顔で仕事をすること。
②利用者の方々の目線に合わせ、共に歩んでいきたいです。
③自然豊かな環境にあるところ。

【施設の予定】

7月29日 土用の丑の日



【お知らせ】

新型コロナウイルス感染症により長らく中止しておりました納涼祭の開催を予定しております。日時、内容など決定しましたら改めてご連絡致します。

