



# 端午の節句



# 系でんわ

## グリーンTAOKAに鯉が昇る！！



写真はグリーンTAOKA駐車場にてご利用者様と鯉のぼりを撮影

新緑が鮮やかな季節となり、温かく過ぎしやすい日が多くなってきました。今年も端午の節句がやってきました。端午の端という字は「はじめ・最初」という意味で、旧暦で午の月は5月の事を指す為、5月最初の午の日は端午の節句と言います。端午の節句には、邪気払いとして菖蒲を飾

り、菖蒲酒を飲んだり、菖蒲を入れたお風呂に入って無病息災を願っていました。武家社会では「勝負」と「菖蒲」の音が同じであることから男の子の成長を祝う行事へと変化したと言われております。江戸時代には「五月人形」を飾る習慣が定着し、鎧や兜には戦場で武士

【発行】  
 リハビリセンター  
 グリーンTAOKA  
 広報委員会  
 徳島市川内町  
 北原31-3  
 088-678-5555



第329号



の命を守る防具であった事から「わが子を事故や病気から守って欲しい」という願いが込められています。さらに、この時期になると「このぼり」も飾られますが、鯉は清流だけでなく池や沼にも生息することができる非常に生命力の強い魚である事から、このぼりには人生という流れの中で遭遇する難関を、鯉のように突破して立身出世してほしいという願いが込められています。グリーンTAOKAでも、ご利用者様の健康長寿を祈願して、五月人形や鯉のぼりを飾らせて頂きました。これからもご利用者様に喜んでもらえるように、季節にあった飾りつけをしていきたいと思っております。

(介護部 大平 雅資)



5月5日の祝日にあわせ、季節の恵みを感じられる行事食を提供させて頂きました。旬の食材や香りのよい薬味を取り入れ、身体を整えられるように、主菜の「カツオのたたき」には、まさに今が旬の初がつおを使用しました。身が引き締まり、たんぱく質やビタミンB群が豊富で、疲労回復にも役立ちます。また、薬味と合わせることで香りが立ち、さっぱりと食べやすい一品になりました。他にも「茶そば」「や」とろろ」等、旬の食材を使い、季節の変わり目に必要なエネルギーを補えるように考えました。

これからもご利用者様に「季節」や「旬」を感じて頂けるような食事を提供したいと考えております。

(管理栄養士 竹野 有希子)



# リハビリ紹介



5月になり、新緑の木々や爽やかな風がとても気持ちの良い季節になりました。これからの時期、屋外での運動は、気持ちのいい風を感じながら運動が出来そうです。

屋外での歩行訓練では運動を行う際の注意点として、日中に気温が高くなる事がある為、こまめな水分補給を心掛けてください。また、急な運動は筋肉痛や関節痛の原因にもなるので、ストレッチなどを十分に行い自分のペースを守りながら運動を行いましょう。

(通所リハビリ 津司 洋人)



# 通所だより

通所リハビリでは、吊るし飾りシリーズとして、毎月二回、午後のレクリエーションの時間に、皆様で次月の飾りを製作しています。今月は5月分ということで、折り紙の鯉のぼりを作りました。一人二匹ずつ、職員の説明・補助に合わせて、色とりどりの折り紙を折っていききました。同じテーブル同士でも「ここの角折るの?」「こうしたら綺麗に出来るよ」などと教え合いながら、和気あいあいと取り組むことが出来ました。最後に、マジックで思い思いの顔やウロコを描き、個性あふれる鯉達がダイルムの窓辺で泳いでいます。また来月も可愛らしい飾りを考えますので、ご協力宜しくお願いします。

(通所リハビリ 熊谷 美智子)



# 入所だより



入所生活の中では、食事・入浴・リハビリなどの他に、レクリエーションを楽しむ時間もご用意しております。時間は、おやつ後の余暇時間に開催しており、ご利用者様に一つのテーブルへ集合してもらい、介護職員が30分程の集団レクリエーションを始めます。右の写真にある様に、ランプでババ抜きや七並べをしたり、カルタや坊主めくり、職員が手作りしたビンゴゲームなど、内容はさまざまなお用意しております。参加者には、耳が聞こえにくい方や細かい作業が苦手な方もいますが、できるだけ多くのご利用者様が楽しめるように工夫して考えております。

(介護部 川田 賢志)

# グリーンカフェ



気になる所を筋力UPできるようにテーマを用意し、参加される方が今まで以上に満足できるように考えております。そんな中、4月16日に開催された、今年度初のグリーンカフェでは、参加された皆様と一緒に、グリーンTAOKAの施設見学へ行き、最新の機械やリハビリ・看護・介護など様々なサービスが充実している事を知って頂きました。ご好評をいただいている講座後のデザートも、今まで同様に皆様へ提供しておりますので、ご興味ある方は、お気軽にご連絡ください。

(相談員 松原 亜希)



大好評! 手作りおやつ

## 【施設の予定】

- 6月3日 (水) 通所・散髪会
- 6月4日 (木) 入所・散髪会
- 6月18日 (木) グリーンカフェ
- 6月26日 (金) ぱん小屋

