

あさやけ

父の日



6月の第3日曜日は、父の日です。母の日のカーネーションは有名ですが、父の日の黄色いバラはすぐには思い出せない方も、多いのではないでしょうか。アコモードでは、父の日のイベントとしてノンアルコールビールやジュース、おつまみをお出しし、男性のご入居者に居酒屋の雰囲気を楽しんでいただきました。ノンアルコール飲料の種類も多くご用意し、ビールや梅酒、レモンハイ、さらにはカクテルまであり好きなものを選ぶノンアルコール飲料に、「こんなものあるんだ」とびっくりしながらも皆様、おいしそうに喉を潤していました。中にはご自身の分のおつまみを手に取り、職員に勧めて下さる心優しい方もいらっしゃいました。また、居酒屋といえばカラオケということでカラオケ大会を行いました。十八番だという、北島三郎の「まつり」や大津美子の「東京アンナ」、尾崎豊の「I LOVE YOU」、Mr.Childrenの「HANABI」などの熱唱を披露して下さいました。こぶしをかかしていたり、美声であったりと皆様本当に歌が好きなんだなあと伝わってくるものがあり、とてもお上手でした。また美声聞かせていただけるように企画していきたいと思えます。



西村 重弘様



草野 幹雄様



井上 厚生様



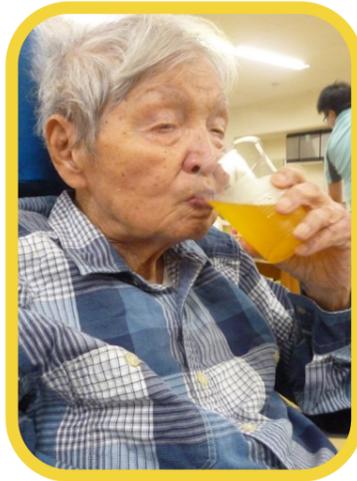
島津 隆様



吉岡 卯平様



上原 一夫様



長山 潤様



山本 寛様



森 勝美様



宮田 秀一様

そば打ち見学

我孫子市中峠にある老人福祉センターつつじ荘にてそば打ちのイベントがあり、参加させていただきました。

普段おそばを食べることはあっても打っているところを直接見る機会はありません。見学されている方々も、打ち手のとても鮮やかな技で出来上がってゆくそばに、驚きを隠せない様子。打ちあがってからはみんなで茹であがったそばに、舌鼓を打ちました。そばのあまりのおいしさに、おかわりをして至福の表情でそばを食べている方がとても印象的でした。またおいしいおそばを食べさせていただけるのを楽しみにしています。



熱中症

今年の気温は、平年より高いそうです。湿度も高く、蒸し暑い日が多くなりそうで8月の気温は、全国的に平年より高く、厳しい暑さとなりそうです。

熱中症の予防
涼しい服装、帽子・日傘、日影を利用

喉が乾く前に
こまめな水分補給。
(1日あたり1.2Lが目安)

軽症

めまい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直
現場での応急処置が可能
(こむら返り)、大量の発汗

涼しい場所に避難

首の付け根の両側、脇の下、鼠径を冷やし皮膚直下を流れている血液を冷やすと有効的。

中等症

病院への搬送が必要

頭痛・気分の不快・吐き気・おう吐力が入らない、体がぐったりする(熱疲労、熱疲労)

熱を体から放散させる

応答がない、意識がない時には無理に飲むと水分が気道に流れ込む可能性あり。

重症

入院・集中治療の必要

意識がなくなる、けいれん、歩けない、刺激への反応がおかしい、高体温(熱射病)

意識障害が見られた場合はすぐに病院に搬送する。

令和6年4月より**熱中症特別警戒アラート**が創設されました。熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日の前日17時頃又は当日朝5時頃の1日2回発表されます。準備や対応を心がけましょう。

経口補水液

例年この時期になると紹介させて頂いている経口補水液の作り方です。簡単ですのでお試しください

- 水・・・・・・・・・・1L
- 砂糖・・・・・・・・・・40g
- 塩・・・・・・・・・・3g
- レモン果汁・・・・・・・・25~50cc
- ポッカレモンなら・・・・・・・・25cc



*冷やすと飲みやすいですが凍らせてしまうと偏りが出るので凍らせないで下さい。

一日の摂取目安量は下記を参考に脱水状態に合わせて適時増減してください。

- ・学童~成人 500~1000ml (g)
- ・幼児 300~600ml (g)
- ・乳児 体重1kg当たり30~50ml (g)

※飲みすぎないようにゆっくり摂取することが大切です。

ボランティア かたつむり

歌のボランティアの「かたつむり」さんが約4年ぶりに来苑して下さいました。皆様にみやすいようスクリーンを使い歌詞を映し出しました。生の演奏と共に歌を歌われそれに続くようご入者も一緒に歌を楽しく唄うことが出来ました。歌われた歌は「リンゴの唄」や「瀬戸の花嫁」、「忘れな草をあなたに」、「三百六十五歩のマーチ」などを唄いました。懐かしい歌、知っている歌があると楽しいもので歌を唄われる方、その場で歌を聞いて楽しまれ過ごされている方もいらっしゃいました。これからボランティアさんが毎月第二金曜日に来苑されますのでお楽しみにして下さい。



7月の予定

- お楽しみイベント
- 七夕祭り
- 7日
- 誕生会
- 9日
- ボランティア
- 12日
- 理容
- 17日・18日

6月誕生日のご入居者

あとがき

6月1日はアコモードの創立記念日です。1996年(平成8年)今年で28年になります。今まで色々なことがありましたがご利用者と共に一緒に過ごした日々は忘れることはありません。これからも日々の生活を大切に寄り添った支援をしていきたいと思っております。

広報委員



飯塚 くに様 92歳



山田 伸子様 79歳



大場 和子様 74歳



岩井 智子様 96歳



中島 宏様 82歳



重野 ミエ様 94歳

柴田 トシ子様 93歳

皆様お誕生日おめでとうございます。

今年一年健康に気を付けお過ごし下さい。

