

楽しく脳活性♪



第2回レクリエーションを 開催致しました！

7月4日(水)につつじ荘にてレクリエーションを行いました。今回は、スプーンでボール運び競争！前回の射的の時も思いましたが職員が練習していると難しいかな？出来るかな？と不安なんです。心配をよそに難なくこなしてしまふ皆様でした(笑)横一列になり上写真のように右手でスプーンを持ち隣の人のピンポン玉を渡していくのですが、やっていくうちにスプーンを少し斜めにするというよい！と自然と頭を使うことが出来ている姿を見て、さすがだなと感心してしまいました。

ただ単に遊んでゲームをしているだけのようには思えず、考える、相手に伝える、そしてチーム一丸で勝負することにより連携もとれました。次回も楽しく脳活性しましょう！

8月の予定

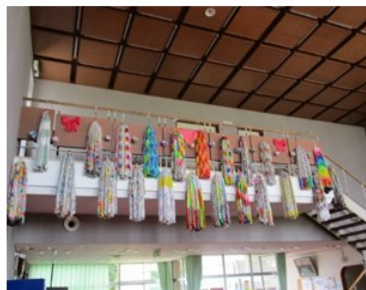


- 8日 介護予防体操講習会
- 21日 消防立入検査
- 22日 中学生職場体験
- 23日 サンキャッチャー講習会

夏になると、テレビなどで戦争ものの企画やドラマなどが放送され今の幸せを有難く色々と考えさせられます。

つつじ荘では1年を通して鶴を折り千羽鶴にして飾っています。今年も沢山の千羽鶴が完成しました。

日本の各地で天災による災害が多く発生しています。私達が暮らす我孫子市は天候に恵まれ、大きな災害もなく、幸せに暮らせていることに、今一度感謝し、天災により



お亡くなりになられた方々への鎮魂の意味も込め我孫子市の平和祈念の式典に寄贈させて頂きたいと思っております。

今年もつつじ荘より祈りを込めて

発行年月日
2018年8月1日

発行人
老人福祉センター
つつじ荘

所長より
ひとこと

「いつも楽しいつつじ荘」を皆様感じて頂けるように職員一同頑張りますので、皆様もご理解とご協力をお願い致します。

介護・認知症予防講習会のお知らせ

8月8日(水) 11時からつつじ荘大広間にて介護・認知症予防体操講習会を開催致します。

今回はスゴロクを使い、歌、クイズ、体操、口腔など楽しみながら予防したいと思います。参加は自由です。是非、ご参加下さい。



お茶会開催致しました



7月12日(木)に14名の方にご参加頂きお茶会を開催致しました。

茶道を行うメリットの1つに「季節を感じる」ことがあげられると思います。日本は「春・夏・秋・冬」と四季がはっきりしていますが、現在では四季を感じにくくなっています。季節に係なくあらゆるものを手に入れることが出来る事が一つの要因かと思っています。食材もその一つです。値段の上下はあってもほとんど1年中手に入ります。

茶道は季節によって用いるお道具が異なります。その他にもお花やお菓子も季節により変わります。

茶道Ⅱ作法を学ぶというイメージが強いですが、つつじ荘ではより多くの方に季節を感じて頂き、心を落ち着かせて頂くことを目的に開催しております。春・夏と開催しました。が次回は11月1日(木)13時から開催致します。是非、お茶会に参加し「秋」を感じてみませんか? ご参加お待ちしております♪

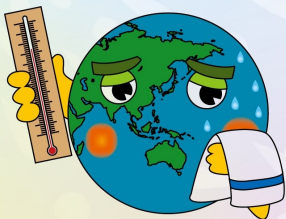
32℃ 夏血栓注意報

気温32℃を超えると、血栓にレッドカード。

夏血栓とは、文字通り夏に起きやすい血栓のことです。夏場、特に気温が上昇した状態で、発汗による脱水から血液がドロドロになって血栓症は発症しやすくなります。今年は異常な猛暑になっており、熱中症への注意喚起が行われていますが猛暑下で増加する「血栓症」への注意も必要です。夏血栓で血管が詰まりやすくなる気温の目安は32度です。節電の影響で室内が高温になる事が要因にもなります。普段の生活から水分補給を心掛け、気温にも注意しましょう。ビールなどのアルコール類は利尿作用があるため、体内の水分不足を引き起こし、血栓ができやすいドロドロした血液になる原因となりますので注意が必要です。

8月になってからが暑さのピークを迎えます。今年は暑くなるのが早かったので皆様もそろそろ疲労がたまっていると思います。こまめな水分補給をしっかりとって元気に過ごしましょう!

受付にて経口補水液の作り方のプリントを配布しております。ペットボトルのキャップを使って簡単に作れますので、是非、実践してみてください!



8月のバス運休日

8月27日(月)