



けん玉教室再開

つつじ荘新聞

コロナ対策のため、予約制となりましたが4月23日(金)13時から、けん玉教室を再開することが出来ました。

男性1名、女性13名と我孫子市民体育館より講師の先生2名が来館し指導して下さいました。先生は、けん玉の部位も教えたかった。つつじ荘に持参をお願いしたけん玉は、体育館様で消毒液に漬けていたので対応を行っているそうです。

「膝をうまくつかって」「もう一度チャレンジ！」と先生、「すっかり忘れちゃって、難しいわ(〇)」とマスク着用で息苦しさを感じながらも、先生と参加の皆様で励まし合いあつという間に過ぎていきました。

けん玉について少し調べると、ダイエット効果や体幹が鍛えられ、姿勢が良くなる他、集中することが認知症の予防という事ばかりです！



発行年月日
2021年6月2日

発行人
老人福祉センター
つつじ荘

所長より
ひとこと

「いつも楽しく明るく」をモットーに皆様が安心して暮らせる場所にしたいと心掛けております。より良いつつじ荘にするため皆様のご協力・ご理解をよろしくお願いいたします。

熱中症について

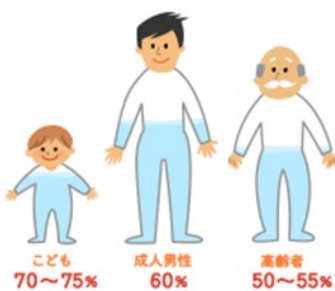
熱中症にはなりやすい年代が!!
男性では0〜4歳、15〜19、55〜59と80歳前後に、女性では0〜4、80〜84歳に発症のピークがあります。

高齢になると脂肪が付きやすくなる分、体の中の水分の割合が少なくなります。同じ環境にいても高齢者の方が熱中症になりやすいのはこのためです。

加えて暑さやのどの渇きを感じにくく、水分を十分に摂ることが難しいこともわかっていきます。

また、心機能や腎機能が低下しがちなため、熱中症になった時の症状がより重篤になりやすい傾向にあります。

上手にマスクを外して、こまめに水分を取りましょう。



6・7月の予定

6/2.23 移動交番

6/25 けん玉教室

7/30 けん玉教室

7月の移動交番は6月末にお知らせいたします。



部分開館のお知らせ

完全予約制にて、グランドゴルフ・囲碁・将棋・お風呂を再開しております。予約状況につきましてはつつじ荘にお問い合わせください。

つつじ荘 04-7188-0123

菖蒲とヨモギ湯はいかがでしたでしょうか？

5月6日(木)から9日(日)までの4日間を季節風呂としました。尖った葉っぱの形が刀に似ていることから、「邪気を祓う」無病息災」の効果があるとされています。少しでもコロナ禍でのストレスを解消できますように。つつじ荘にて次回もお待ちしております。



～ 移動交番 ～

移動交番車は安全で安心出来る生活の確保と地域の防犯力を強化するために配備され、地域やそこに暮らす人々の安全を守るために活躍している車両です。

つつじ荘にも月に2回移動交番が来ていますので、活動内容をご紹介します！

＊どんな役割している？

- ・各種届出の受理
- ・巡回パトロールの実施
- ・交通安全の指導や啓発
- ・犯罪抑止活動（講和開催）
- ・情報発信など

また、大切な命を守るため、AEDが搭載されています。移動交番車の勤務員は、定期的に救急法講習等を受講し、手当の基本、人工呼吸や心臓マッサージの方法、AEDを用いた除細動などの一次救命措置に関する知識と救命技術指導向上に努めているとのこと。頼もしいですね。

車両には、折りたたみ椅子（つつじ荘でもみかけます）、テーブルなどが装備され、相談事の対応時に役立ちます。

相談内容では、「運転免許証関係」「拾得物」など様々な困りごとと広範囲にわたっています。

悩み事を早く解決するために公私の機関・団体の窓口を知りましょう!! 交番よりも、移動交番の方が気楽に相談できそうです。

車両のボンネットを正面から見ると、文字が「逆」に書かれています。これは、前を走行する車両がバックミラー越しに見た時に「TCHIBAPOLICE」と読めるようにしています。



「挨拶」



4月からつつじ荘に着任し、只今ボイラーの仕組を学び中の新人所長、鈴木恵子です。特別養護老人ホームの介護員や、訪問介護ヘルパーなどを経験のあと、訪問介護提供責任者を担当しておりました。つつじ荘ご利用の皆様にご貢献できるよう努力しますので、ご指導宜しくお願い致します。恵子からは、日頃の行いを観察されている為なのか、漫画の「サザエさん」のように心配されていますが、めげずに頑張ります。



6、7月のつつじ荘

バス運休日

6月28日(月)

7月26日(月)