

彩幸だより

8

令和4年8月1日発行



～今月の写真～

彩幸のベランダから入居者様が撮影された写真です。大雨があがった後、大きな虹がかかりました。よく見るとうっすらと二重になっているのがわかります(^^♪

南伊勢高校度会校舎様の校庭も見え、部活動の様子を眺めては、いつも元気をもらっています☆

一 編集・発行 一
社会福祉法人 三重豊生会
ケアハウス伊勢度会彩幸
〒516-2102
度会郡度会町大野木 2945-2
TEL 0596(62)2225
FAX 0596(62)4006

ビデオ鑑賞会



7月9日(土)は入居者様からのリクエストで『マディソン郡の橋』を上映しました。過去に観たことがある方も多く、人気の映画だったのを2日間に渡り盛況でした。観たい映画やドラマ、おすすめ作品などをどんどん募集しています！ぜひ教えて下さいね♪



23日(土)は阪神淡路大震災後の実話『ありがとう』を上映しました。



還暦手前でゴルフのプロテストに合格した古市氏の姿を描いた物語に、「やっぱり心の良い人がそうなれるんやね～。」との感想もありました。

厨房より

日中はまだ暑さが残るもの、夕方の風に秋の気配を感じる晩夏の頃、夏の疲れが出やすいこの時期。冷やし中華や辛味噌のひき肉とキゅうりをのせた坦々麺風や、さっぱりと漬物などおすすめです。そして夏と言えばスイカですね。スイカは体温を下げる作用があり、水分と一緒にミネラルやビタミンも摂れます。
おいしく食べて暑い夏を乗り切りましょう！



おぬがい

大浴場の利用について

密を避けるため4名以内でのご利用をお願いしております。

入浴後は脱衣場での談話はお控えいただき、次の利用者のためにすみやかに退室していただくようご協力をお願いします。

(多数の方から苦情が寄せられていますので、ご理解のほどお願いします。)

※6階娯楽室でもご自由に涼んでいただけますので、そちらをご利用ください。

廊下の冷房について

少しでも窓を開いていると、階全体に温風が流れ出て大変迷惑がかかっております。

9時～21時は廊下の冷房がついていますので、冷気を取り込む際はベランダ窓（障子ではなくガラス戸）を閉めていただくようお願いします。

職員も巡回し声をかけさせていただいておりますので、ご協力をお願いします。

厨房(株)トモさんのスタッフを紹介します♪ 左から…

内藤、味噌井、橋本、山鹿、池山 (敬称略)



よろしく
お願ひします

8月の行事予定

- ・3日(水)スイカ割り
- ・10日(水)ご詠歌
- ・20日(土)折り紙細工
- ・24日(水)ふるまいカキ氷
- ・25日(木)買い物ツアー
- ・27日(土)ビデオ鑑賞会

～おしらせ～

8月上旬より、食堂内(喫茶カウンター付近)の補修工事が予定されています。

つきましては、行事内容が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。



はんげしょう
半夏生



7月中の彩幸 花壇の様子を 紹介します



おいらんそう
花魁草



『度会町ひまわりプロジェクト』
見事に満開になりました☆

ワクチンを接種した後の注意点

7月末～8月に新型コロナウィルスワクチン4回目接種が予定されています。(希望者のみ)

接種後に多く発症している症状は「接種部位の痛み、腫れ」「頭痛」「筋肉痛」「悪寒」「関節痛」「下痢」「発熱」「吐き気」などです。

接種後数日間は、少しでもおかしいと感じる症状があれば、すぐに職員へお知らせください。

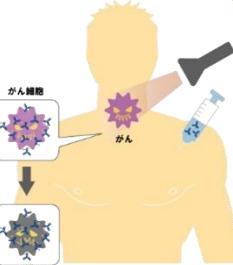
また、前日の飲酒はお控えください。接種後は長時間の散歩や運動は控えていただき、接種部位を清潔に保ちましょう。

接種後の入浴は可能ですが、心配な方は介護士のいる時間(～18時)に入るか、接種当日の入浴はやめておきましょう。



光免疫療法

がんの治療法には5つあります。手術、化学療法、放射線、免疫療法、それと何もしない療法、これ以外に第6番目に「光免疫療法」なるものが最近、注目されてきました。対象領域は、鼻から声帯(のどぼとけ近く)までのガンで、手術できない難治性再発頭頸部のがんが対象で、保険適用もできます。がん細胞だけに吸着する薬剤を投与した後、正常な細胞に害を与えない近赤外光を照射しガンを破壊するものです。関西医科大学病院の小林久隆ドクターが研究してみえ、県下では三重大学の耳鼻咽喉頭頸部が取り組んでいます。いろんな条件がありますので、いちど聞いてみてくださいね。咽頭がん、舌がん、口腔がん等がそうです。



施設長 福永

職員コラム

夏に花火大会が行われるのは…

江戸時代(1733年)の旧暦5月(5月下旬～7月中旬)に隅田川で行われた、水神祭がその由来とされています。当時は、江戸や関西で飢餓や疫病が流行し多数の死者が出ていました。その死者達を慰霊や疫病退散のために水神祭が催され、打ち上げ花火が上げられたのが最初です。その後、日本の蒸し暑い気候もあり、夜風にあたりながら花火を眺めるという夕涼み文化として根付いていきました。

生活相談員 名古

続けています…

10年前は貧血気味で献血できませんでしたが、ここ数年前からは血液センターから通知が届くと、年に2回は400mlの献血をしています。デトックス効果があり、減った分の新しい血液をつくろうと体が頑張るので、代謝が活発になるといいます。何より社会貢献できて良かったと自己満足しています。



相談員兼介護士 松田

夏野菜 バンザイ！

毎日暑いですね。今年の夏もちょっと変ですね。

空梅雨かと思ったら前も見えなくなるほどの大雨や、コケてしまいそうな激しい日照り＊野菜にも過酷だったようで実家の畑には、枯れたツル…残された西瓜がゴロゴロ。売りにも出せず(あまり売る気もないんですけど)西瓜たちの行き先が心配です。また、みなさんの食事の一部としてちょっとは役立つ時もあるのかなあ?その時はどうぞあたたかい目で受けとめて頂き、食べていただけると嬉しいです♡

P.S.なすは元気に育ってます

相談員兼介護士 松本



OS-1 おすすめです

夏になると「タベはこむら返りを起こしてな～。」という声をよく聞きます。汗をかくことで水分やミネラルが不足し痙攣しやすくなります。また、夜間のトイレを気にして水分量が少なくなったり、コーヒーを飲む方は利尿作用により水分が不足しがちです。夏の水分補給にはスポーツドリンクやOS-1(オーエスワン)でしっかりとカラダにうるおいを♪購買でも扱っておりますので、お部屋に1本あると、こまめに補給できるのでおすすめですよ♡



栄養士 小津

かってみよう!
ルート

答えは次月号へ掲載いたします。

◆びじいかおかしい!?創作漢字
なんと読むのでしょ??

① 風店

し〇〇

② 雨

じ〇〇〇〇

③ 風

〇ち〇

④ 算

じ〇〇〇〇

〇ん〇〇〇〇

◆ならびかえ問題。今月は全員、男性芸能人の名前です。

◆次の数字の中から合計が100になる3個を選んで下さい。
40
21
31
28
15
53
79
54
63

◆どうかおかしい!?創作漢字
なんと読むのでしょ??
① 卌
さゆうじん
② 渡
ラブレター
③ 惡
よわたり
④ 塩
しおかげん

◆ひらめき問題!空欄に入
る数字は何?
米一傘二8
白一喜二22
白一米=?

先月号
の答え

◆どうかおかしい!?創作漢字
なんと読むのでしょ??
① 夷
やい

◆夏に関するクイズ!ヒント
は今月号の彩幸だより☆
く読むと答えがわかるかも...
⑧熱中症のリスクが高いのは?
・プールの中
・住宅の中
・電車の中

⑨大暑の期間は?
・一週間
・二週間
・三週間

⑩土用の丑の日が始まつたのは何時代?

- 奈良時代
- 室町時代
- 江戸時代

◆ならびかえ問題。なんの言葉かな?
⑤たゆか

ゆかた

⑥のうみひ

うみのひ

⑦うしもといひ
とうもひこ

※ヒント:「君といつまでも」の歌詞が記念歌碑に
・葉が青々と美しい月だから
・葉が落ちる月だから

⑥うまやぞうかゆ

※ヒント:「サングラスがトレードマーク」
※ヒント:「君といつまでも」の歌詞が記念歌碑に

⑤タリモ

⑦きあいさかざま

※ヒント:ミスターかくし君