

# グループホーム 明照だよ

## 7 月



# ふれあい広場

(外出・交流・ボランティア活動・地域交流)



**5日～調理教室(おはぎ)** 3食おはぎを作ります。(きなこ・あんこ・青のり)  
**7日～七夕の集い** 毎年恒例の保育園行事・七夕に願いをします。  
**9日～ボランティア交流** 地域のボランティア団体(大正琴・舞踊)と交流を楽しみます。  
**14日～バスドライブ** 皆で広くて雄大な海を見に行きます。  
**15日～運営推進会議(防災訓練)** 緊急通報装置を活用して地域で避難訓練を行います。  
**16日～交流会(ひだまり1号館)** 同事業所の皆さんとゲームを通じて交流を楽しみます。  
**23日～佐土原夏祭り見学** 地域のお祭りに参加して盆踊りや出店の雰囲気を楽しみます。  
**30日～家族合同行事(バーベキュー)** 家族と一緒に賑やかに焼肉を楽しみます。\*買い出しも皆で行きます。



佐土原保育園交流会(6/14)～久しぶりの佐土原保育園児との交流を楽しみました。元気に笑顔で迎えてくれた事に沢山の笑顔がありました。交流ではフォトレーターと一緒に作りました。少し難しかったけど園児さんと頑張って作りました。出来上がった作品は皆さんお部屋に飾っています。心にも作品としても思い出として残る一日でした。



お買いもの(6/16)～梅雨時期で天候が心配でしたが見事に雨も降らずに近所の洋服屋さんへ行き買い物をしました。お店の店員さんも優しく親切に接してくれて本当にありがとうございました。皆さん真剣に夏の洋服を選んでいました。中々決まらずに悩まれる方もいましたがそれも買い物の楽しみの一つですネ

## グループホームでの皆さんの様子(屋内外活動・作品作り)

 調理教室(お好み焼き)生地を一生懸命混ぜています	 ひ孫の姿に元気をたくさんもらいました。	 輪投げを通して利用者さん同士の交流も楽しめます。	 テラス前のキュウリがこんなに立派に育ちました。
 「このぐらいでいいかな?」たくさん具材を混ぜています。	 「ありがとう!」いい思い出を大切にします。	 作品づくりに思わず笑顔がたくさん。	 今日の文化作品(時計)6月10日は時の記念日にちなんで作りました。



ボランティア交流会(6/9)～社会福祉協議会のご協力もあり、新たに地域のボランティアのご紹介を受け交流を楽しむ事が出来ました。初めての出会いで少し緊張もありましたが素晴らしい踊りに少しずつ緊張もなくなり楽しい交流になりました。この出会いや縁を大切に長いお付き合いをさせて頂きたいと思っております。



明照テササービス交流会(6/21)～隣接している明照テササービスとの交流会!今回は社会福祉協議会よりレンタルさせて頂いたシュートゲーム(おじゃみバスケット)皆さん高得点を狙って真剣に的を狙っていました。また、ゲームを通して会話も弾み、また合う日を楽しみにされていました。暑い日が続きますが元気に過ごしてくださいネ

## 保健だよ!

●熱中症を防ぐために、夏の目安は、「べた」だる」「ふら」「いた」。脱水症状サインをぜひ覚えておきましょう。  
 「だる」は、元気がなく見えること  
 なんとなく見た感じで元気がない。食欲がわかなくなると感じられるとき。高齢者は、あまり喉が渇いたということを感じません。そのままだと脱水状態が進みます。  
 「ふら」は、めまいや立ちくらみ、少しふらふらしているように見える  
 熱中症の症状が進んでいます。嫌な汗をかき、なかなか汗がとまらなくなるときがあります。立ち上がるときにふらふらしたり、いつもよりふらふらしているように見える状態です。  
 「いた」は、足がつったり、頭痛が現れている状態  
 熱中症の症状が少しずつ進んでいます。自覚できる症状として、カラダのさまざまな場所にごら返りや、とくに顔に熱っぽい状態が起こります。  
 スポーツドリンクなどをすまやかに飲んで、改善しない場合は病院を受診してください。  
 上記のような症状が出ると辛いのは自分です。そうなる前に水分をこまめにとって暑い夏を乗り切りましょう。



## 地域の皆様へグループホーム明照からのご案内やお知らせ

6月の利用者様のご様子～梅雨時期で雨天が多く屋外での活動や交流が少なく残念な事もありましたが屋内での交流・活動を充実する事でグループホームでの生活を楽しく頂きました。特に6月は新たなボランティアとの出会いや佐土原保育園児との交流が印象的でした。また自然の恵みとしてテラスの前の畑で育てていたキュウリやナスをたくさん収穫できました。収穫した野菜は漬物や料理に使って美味しくいただいています。これからはスイカも出来るので今後も成長が楽しみです。7月に入り、更に暑い日が続きますので室温調整や水分補給に努めていきます。  
 7月も上記に記載していますが楽しい行事がたくさんあります。その中でも家族・地域の関わりを深める行事として7/15は運営推進会議を地区長や民生委員の方と一緒に緊急通報システムを活用した避難訓練を行います。地域の一人として防災の意識を高めていきたいと考えています。7/23は佐土原祭りに参加する予定です。去年は雨天の為に参加出来なかったのが残念でした。今年は晴れてお祭りを楽しんで頂けることを心から願っています。7/30毎年恒例になっています。バーベキューです。お肉を食べながらご家族と賑やかに過ごせる時間を企画しています。たくさんのご参加お待ちしております。





