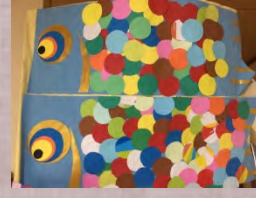


ひだまり 便り

2016.5月号 (第29号)



4月14日以降、熊本県で発生した地震の被害により亡くなられた方に謹んでお悔やみを申し上げますとともに、被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。一刻も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

今回の地震は同じ九州内ということもあり、ご親戚や知人の方の安否をご心配された方も多かった事と思います。最近では携帯電話やテレビで大きな揺れの前に緊急地震速報が流れます。“備えをすれば絶対安全”という事は無いと思いますが、その数秒間の間にまず何をすれば自分の身が安全なのか、日ごろから話し合う事で命を守る事が出来るかもしれません。ひだまりでも5月は地震、津波を想定した避難訓練を計画しています。月間の計画には入れていません。いつその日が来てもいいように日頃から災害に対する心構えを話題にしながら訓練実施につなげたいと思います。

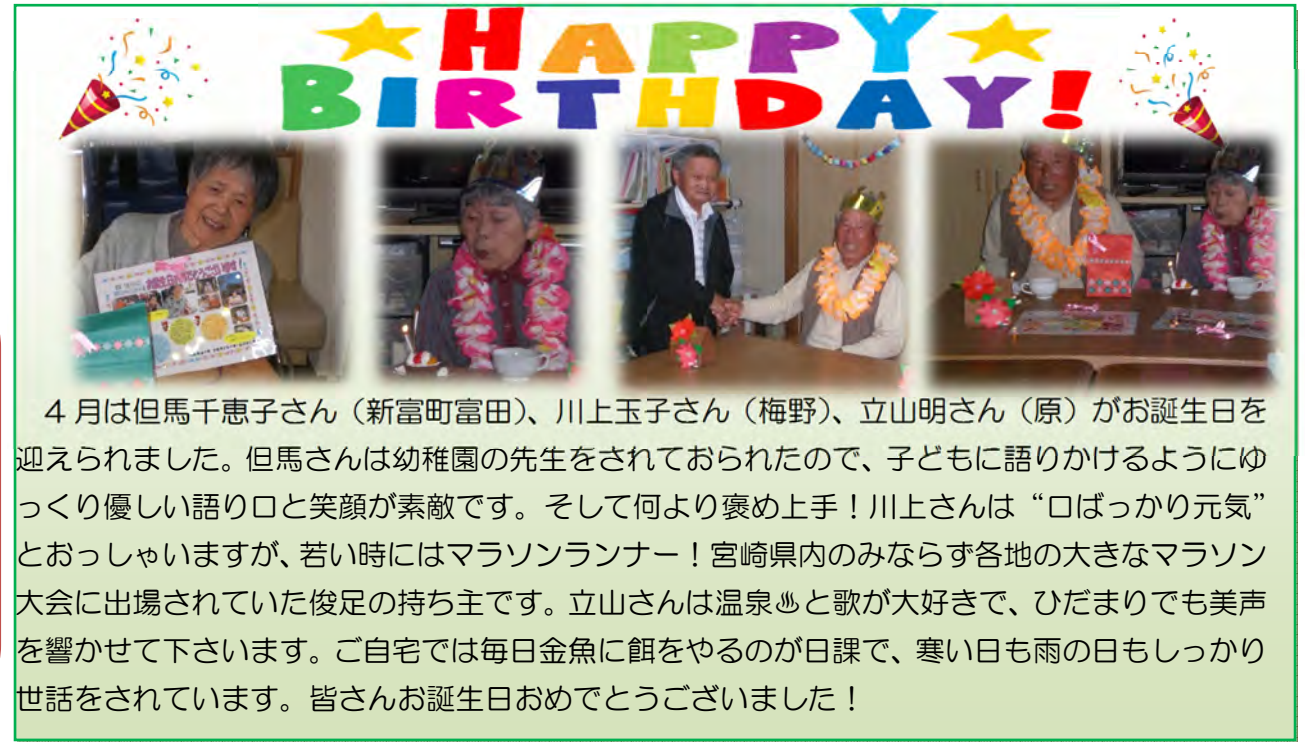
看護から

「胃と腸のお話」 私たちは毎日食事を摂りますが、食べ物は口→食道→胃→十二指腸→小腸→大腸を通いながら栄養を吸収された後、便として体の外に出されます。体の中に張り巡らされたいろいろな形をしたホースのようなものでホースも破れたりねじれたり中には苔の生える事もあるのと同じように、体の中でも胃や腸に穴が開く“潰瘍”やねじれる“腸捻転”、苔の様にはびこる“がん細胞”も出来る事があります。このような症状がある時には胸焼けや腹痛などを伴い、出血もあります。出血があると便に血が混ざります。その時の血の色が“きれいな赤い血”なのか“赤黒い血”なのかでおおよそどこで出血しているか予測が出来ます。このような症状がある時には<胃腸科>を受診し血の色を医師に伝えてください。何気なくお通じを出しているかもしれませんが時には普段の便を観察してみてくださいね。



【5の行事予定】

	日	月	火	水	木	金	土
第1週	1	2 散歩・外気浴	3 ボーリング	4 武将兜づくり	5 武将兜づくり	6 紙芝居	7 カッパでボール〜
第2週	8	9 明照デイ交流会	10 散歩・外気浴	11 紙芝居	12 輪投げ	13 ハーモニカ演奏会	14 舞踊交流会
第3週	15	16 風船バレー	17 2号館交流会	18 ハーモニカ演奏会	19 調理教室	20 調理教室	21 ボーリング
第4週	22	23 歌を歌って〜	24 カッパでボール	25 花菖蒲見学	26 誕生会	27 舞踊交流会	28 風船バレー
第5週	29	30 輪投げ	31 おじゃみを使って				



4月は但馬千恵子さん(新富町富田)、川上玉子さん(梅野)、立山明さん(原)がお誕生日を迎えられました。但馬さんは幼稚園の先生をされておられたので、子どもに語りかけるようにゆっくり優しい語り口と笑顔が素敵です。そして何より褒め上手!川上さんは“口ばっかり元気”とおっしゃいますが、若い時にはマラソンランナー!宮崎県内のみならず各地の大きなマラソン大会に出場されていた俊足の持ち主です。立山さんは温泉♨と歌が大好きで、ひだまりでも美声を響かせて下さいます。ご自宅では毎日金魚に餌をやるのが日課で、寒い日も雨の日もしっかり世話をされています。皆さんお誕生日おめでとうございました!



ひだまりデイサービスセンター 空き状況(平成28年5月1日現在)

営業曜日	月	火	水	木	金	土
定員	16名					
現在数	13名	12名	11名	9名	14名	12名
空き状況	○	○	○	○	△	○

- …受け入れ十分可能です
- △…定員間近です
- …受け入れ可能です
- ※…現在定員一杯です

※体験利用は無料です(昼食付)。利用日時、時間帯などご希望がありましたらお問い合わせ下さい。

お問合せ TEL (0985) 72-2375 FAX (0985) 72-2378
〒880-0211 宮崎市佐土原町下田島 7823 番地 22
社会福祉法人 明照福祉会 ひだまりデイサービスセンター 担当 緒方典子

【5月の行事もお楽しみがいっぱいです】 ●大河ドラマ“真田丸”でおなじみの戦国武将がかぶっている兜を作ってみましょう!子供の頃を思い出して記念撮影(^O^)/ ●気候が良くなってきたので周辺の美化を行いながら散歩に出かけます。●調理教室では、ちまき風おやつに挑戦です! ●毎月お楽しみみのハーモニカ、舞踊もありますよ〜♪ ●花菖蒲の季節になりましたね〜(^O^)/。日差しも強くなりますね〜(^_^)。 ●交流会では 明照デイ、2号館の皆さんと楽しい時間を過ごしましょう♪

ひだまりの風景



パーフェクト賞、おめでとうございます！

貯筋通帳、皆さんつけていますか〜？第2回の表彰式です。次は5月末で集計しますので付け忘れないか確認されて下さいね☆



トマト、ブロッコリー、ピーマン、葉大根を植えました。毎朝“どのくらい大きくなったか〜”と気にされる人が増えてきました。無事に実がつくといいですね〜。



フローランテ宮崎に行ってきました。今年はチューリップも咲いている時期でとても綺麗でしたね。皆さんの笑顔にはかないませんが..



みんな歌や踊りが大好きです。



お楽しみの外食☆
“待ち長えな〜”



「すごろくおもしろかった〜。」
柳丸の皆さん、ありがとうございました。



手作いろいろ。「そこの前で売ってみろかい(笑)」青島いろいろにも負けてないね〜

